گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

34

ماہنامہ عبقری ® لاہور

اپریل 2009ء بمطابق ربیع الثانی 1430 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

قیمت فی شمارہ 20 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

* معرفت کی آغوش میں پلنے والے
* گرمی کا استقبال تندرستی کے ساتھ
* اللہ سے مانگنے کا گُر
* جلد اور بالوں کو حسن دیجئے
* سلطان اولیاء کے مجرب اور پُر تاثیر وظائف
* سنار کی دکان سے قصاب کی دکان تک
* بسم اللہ اور میرے 40 سالہ تجربات
* زیورات کی چوری اور جنات
* اپنا شوق پورا کرنے کا نام دین نہیں
* کچن سے ازدواجی طاقتوں کے مشورے
* پہاڑوں اور درختوں کا دُرود شریف
* تازہ پھلوں سے تندرستی کا حصول

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیرسرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 10 جلد نمبر 3 اپریل 2009ء بمطابق ربیع الثانی 1430 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

اپریل 2009ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پی۔ ایچ۔ ڈی (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، حاجی میاں محمد طارق

قیمت فی شمارہ 20 روپے اندرون ملک سالانہ 240 روپے

بیرون ملک سالانہ 50 امریکی ڈالر

ٹھہریئے پہلے اسے پڑھیئے: اگر آپ "ماہنامہ" عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ -/240 روپے ہے۔ اور ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی -/240 روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تا کہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تا کہ یکم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گذارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بارہا ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ سپیشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ضروری اطلاع

☆ یکم جنوری 2009 سے حکیم صاحب سے ملاقات کے لیے آنے سے پہلے فون نمبر 042-7552384 یا موبائل نمبر 0322-4688313 پر وقت لے کر آئیں (وقت لینے کے لیے صبح دس بجے سے دوپہر بارہ بجے تک رابطہ کریں) ☆ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات دو بجے اور موسم گرما میں تین بجے شروع ہوتے ہیں۔ ☆ روزانہ صرف تیس لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے، بحث سے گریز کریں ☆ وقت لیتے وقت یہ بات ذہن نشین کر لیں کہ آپ کی باری اگلے دن بھی آسکتی ہے ☆ یہ شیڈول اندرون اور بیرون شہر سے آنے والے تمام ملاقاتی حضرات کے لیے ہے۔ ☆ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ ☆ یہ شیڈول روحانی و جسمانی مسائل میں مبتلا افراد کے علاوہ تمام ملاقاتیوں کے لیے بھی ہے۔

مستقل پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چونگی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

Website:www.ubqari.org

E-mail:ubqari@hotmail.com

0322-4688313، 042-7552384

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز، 9 ریتی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

سب سے زیادہ عظمت والا گھونٹ اور اسکا عظیم اجروثواب

ایک روایت میں آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا: "مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ قَادِرٌ عَلٰى اَنْ يُنْفِذَهٗ دَعَاهُ اللّٰهُ عَلٰى رُؤُوْسِ الْخَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتّٰى يُخَيِّرَهٗ مِنْ اَيِّ حُوْرٍ شَاءَ" (شعب الایمان: ۶/۳۱۳) ترجمہ: "جو شخص باوجود غصہ کے دوسرے پر قدرت رکھتا ہو، اسکے باوجود غصہ کو پی جائے تو اللہ تعالیٰ اسے قیامت کے دن تمام مخلوقات کے سامنے بلائے گا اور اسے اختیار دے گا کہ جنت کی جس حور کو چاہے پسند کرلے۔" ایک اور حدیث میں جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: "مَا جَرَعَ عَبْدٌ جَرْعَةً اَعْظَمَ اَجْرًا عِنْدَ اللّٰهِ مِنْ جَرْعَةِ غَيْظٍ كَظَمَهَا ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللّٰهِ عَزَّوَجَلَّ" (شعب الایمان: ۶/۳۱۴) ترجمہ: "اللہ کے نزدیک اجروثواب کے اعتبار سے سب سے زیادہ عظمت والا گھونٹ وہ غصہ کا گھونٹ ہے جسے محض رضائے خداوندی کی نیت سے انسان پی جائے گا۔" حقیقت یہ ہے کہ غصہ کو پی جانا اور مخاطب کو معاف کردینا اعلیٰ درجہ کا کمال ہے۔ حضرت عمر بن عبدالعزیزؒ فرماتے ہیں کہ اللہ کے نزدیک انتہائی پسندیدہ اعمال میں سے یہ تین اعمال ہیں:۔

(۱) قدرت کے باوجود معاف کردینا۔ (۲) تیزی اور شدت میں غصہ کو قابو میں رکھنا۔

(۳) اور اللہ کے بندوں کے ساتھ نرمی اختیار کرنا (شعب الایمان: ۶/۳۱۸)

حالِ دل

جو میں نے دیکھا، سُنا اور سوچا — ایڈیٹر کے قلم سے

ملک افتخار اجمل صاحب واپڈا کے ایکسین ہیں۔ وہ جس طرح دفتر میں بڑے افسر ہیں اسی طرح ایمان وتقویٰ میں بھی بڑے افسر ہیں، بندہ اپنے بھائی کے ہمراہ ان کے پاس بیٹھا تھا۔ دوران گفتگو کہنے لگے کہ میرے پاس شکایات کے کیس آتے ہیں لیکن میں نے کبھی بھی قرآن اور قسم پر فیصلہ نہیں کیا۔ پھر اپنی زندگی کے دو واقعات سنائے۔ کہنے لگے کہ ایک رشوت خور کی شکایت میرے پاس آئی۔ فریقین کو بلایا گیا واپڈا کے جس ملازم نے رشوت لی تھی وہ اس بات پر اصرار کررہا تھا کہ میں نے قطعاً رشوت نہیں لی اور یہ شخص مجھ پر الزام لگا رہا ہے حتیٰ کہ بہت طیش اور غصہ میں بار بار یہ لفظ دہرا رہا تھا کہ میں قرآن مجید مسجد سے لاتا ہوں اور اٹھا کر کہتا ہوں کہ میں نے قطعاً رقم نہیں لی۔ میں نے حاجی خالد (ملازم) سے کہا کہ میں اپنے فیصلوں اور کیس کی سماعت میں قرآن کی قسم کو ناپسند کرتا ہوں۔ آپ ایسا نہ کریں۔ لیکن اس کا غصہ اور اصرار بڑھتا جارہا تھا کہ درخواست گزار نے مجھ پر الزام لگایا ہے۔ میں قرآن اٹھاؤنگا۔ آخر کار اس شرط پر قرآن اٹھانے اور قسم لینے کا فیصلہ ہوا کہ یا اللہ اگر میں نے رشوت لی ہو تو سات دن کے اندر اندر فیصلہ کردے۔ حاجی خالد نے ایسا ہی کیا اور قرآن اٹھا کرلے آیا اور با آواز بلند یہ کہا کہ یا اللہ! اگر میں نے رشوت لی ہو تو 7 دن کے اندر اندر فیصلہ کردے۔ ملک افتخار اجمل کہنے لگے کہ میں ساتویں دن حاجی خالد کا جنازہ پڑھ رہا تھا۔

اسی طرح کا دوسرا واقعہ سنایا کہ دو اشخاص کا آپس میں لین دین تھا۔ ایک نے رقم دینی تھی اور دوسرے نے لینی تھی۔ دونوں حج کے سفر میں تھے۔ ان کی آپس میں مطاف (طواف کی جگہ) میں ملاقات ہوگئی۔ ایک دوسرے سے لین دین کی بات شروع ہوئی۔ جس شخص نے مال دینا تھا وہ صاف مکر گیا کہ میں نے کچھ بھی نہیں دینا اور جس نے لینا تھا اس کا اصرار تھا کہ میں نے آپ کو مال دیا تھا اور میں نے لینا ہے۔ بات ہوتے ہوتے اس فیصلے پر پہنچی کہ تو کعبہ کا غلاف پکڑ کر کہہ دے کہ میں نے رقم نہیں لی تو میں ابھی اپنے مطالبے سے دستبردار ہو جاؤں گا۔ موصوف نے فوراً کعبہ کے غلاف کو پکڑا اور یہ الفاظ دہرائے کہ میں نے رقم نہیں لی۔ بس فیصلہ کی جگہ اور فیصلے کی گھڑی تھی کہ وہ شخص اسی وقت سانپ بن گیا۔ طواف کرتے ہوئے لوگ ڈر کر ایک طرف ہوئے اور حفاظت پر معمور لوگوں نے سانپ کو مار ڈالا اور یوں قدرت نے اپنی طاقت کا فیصلہ سنایا۔

دائمی قبض کیلئے: گرم دودھ میں دیسی گھی یا روغن بادام ڈال کر تقریباً چالیس دن پئیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ دائمی قبض کا خاتمہ ہوجائے گا۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

حضرت رابعہ بصریہؒ فرماتی تھیں کہ الٰہی میرے استغفار کو بھی استغفار کی ضرورت اور میری توبہ کو بھی توبہ کی ضرورت ہے

امید اور خوف

میرے محترم ساتھیو! مومن امید اور خوف کے درمیان رہتا ہے۔ "اَلْمُؤْمِنُ بَیْنَ الْخَوْفِ وَالرَّجَاءِ" امید اس بات کی کہ اللہ بڑا کریم ہے۔ غفور الرحیم ہے۔ سَتَّارُ الْعُیُوب ہے، غَفَّارُ الذُّنُوب ہے۔ معاف کردے گا۔ امید یہ ہے کہ روز جزا جب کہ ہر وقت، ہر پل پریشانی ہوگی۔ میرے اعمال ترازو میں تلیں گے تو اللہ اپنی غفور الرحیم والی صفت اختیار فرمائیں گے۔ میرے اچھے اعمال کا وزن بڑھ جائے گا۔ میرا رب کریم ہے اور جب میں پل صراط سے گزروں گا تو کٹ مرنے اور گرنے سے اللہ خود ہی بچائے گا اور قیامت کے دن کی رسوائی سے بچائے گا۔ اللہ کی سب سے بڑی صفت کریم ہے۔ کریم کسے کہتے ہیں؟ جرم کیا جائے، نافرمانی کی جائے اور کھلے بندوں ڈٹ کر کی جائے۔ نافرمانی کہہ لیں یا جرم کہہ لیں اور پھر جرم کے بعد مقابلے پر آجائے اور مقابلہ کیا جائے اور مقابلے کے بعد پھر پکڑا جائے اور اب فریق ثانی کو بدلہ لینے کا بھرپور اختیار ہے۔ جس کا یہ مقابلہ کررہا تھا اُس نے اِس کو پکڑ لیا اور وہ اس سے بھرپور بدلہ لے سکتا ہے اور اس کو اختیار بھی ہے مگر اس سب کے باوجود کہتا ہے جا میں نے تجھے معاف کیا۔ اس کو کریم کہتے ہیں۔ صفت کریم کی میں نے جو تعریف کی ہے یہ اللہ کی شان کریمی کے مطابق نہیں ہے۔ وہ اس سے بھی بڑا کریم ہے۔ جس طرح اللہ کریم ہے اسی طرح اللہ کا حبیب ﷺ کریم ہے۔ فتح مکہ پر گھر چھڑانے والے، بیٹیوں کو طلاقیں دینے والے، (نبوت سے پہلے سرور کونین ﷺ کی دو بیٹیوں حضرت رقیہؓ اور حضرت ام کلثومؓ کا عتبہ اور عتیبہ جو کہ ابولہب کے بیٹے تھے کے ساتھ نکاح ہوا تھا۔ جب سورہ لہب نازل ہوئی تو انہوں نے کعبہ کے اندر آکر سب کے سامنے طلاق دے دی) دو بیٹیوں کو جب ایک ساتھ طلاق ہو جائے تو بندے کی کیفیت کیا ہوتی ہے مگر آپ ﷺ نے مکۃ المکرمہ سے نکالنے والوں کو اور ہر طرح کے الزام لگانے والوں کو معاف کردیا۔ حضور ﷺ فاتح بن کر جب مکہ میں تشریف لائے تو آپ ﷺ اونٹنی پر سوار تھے اور آپ ﷺ کے سر پر سیاہ پگڑی بندھی ہوئی تھی جبکہ عام حالات میں سرور کونین ﷺ سفید پگڑی باندھتے تھے۔ آپ ﷺ کا سر جھکا ہوا تھا جبکہ فاتح کا سر تنا ہوا ہوتا ہے اور مفتوح کا سر جھکا ہوا ہوتا ہے لیکن سرور کونین ﷺ کا سر جھکا ہوا تھا۔ محدثین فرماتے ہیں اور کتابوں میں لکھا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا سر مبارک اتنا جھکا ہوا تھا کہ اونٹنی کی کوہان سے لگ رہا تھا۔ جب آپ ﷺ تشریف لائے تو ہر شخص لرزہ براندام تھا اور کہتا تھا کہ میں نے تو یوں ستایا تھا میں نے یوں ستایا تھا، لیکن سرور کونین ﷺ نے ایک اعلان فرمایا کہ جو گھر کا دروازہ بند کرلے، جو ابو سفیانؓ کے گھر چلا جائے، جو کعبہ میں آجائے اور بچوں، بوڑھوں کیلئے عام معافی کا اعلان ہے۔ اسے کہتے ہیں کریمی۔ بات ہو رہی تھی کہ مومن دو کیفیتوں کے درمیان رہتا ہے، خوف اور رجاء۔ رجاء امید کو کہتے ہیں۔ امید تو پہلے بیان ہو چکی مگر خوف یہ ہے کہ سارے جہاں کو اگر اللہ نے بخش دیا تو میں واحد ہوں گا جس کو سزا ملے گی کیونکہ میرے جرم سب سے زیادہ ہیں۔ حضرت عمرؓ سے کسی نے خوف و رجاء کے بارے میں پوچھا تو انہوں نے یہ جواب دیا کہ سارے جہاں کے بارے میں اعلان ہو جائے کہ سارے جہاں کی معافی ہو جائے گی اور ایک شخص ایسا ہے جس کی معافی ممکن نہیں ہے تو مجھے ڈر ہے کہ وہ میں ہوں گا اور سارے جہاں کے بارے میں اعلان ہو جائے کہ سارے جہاں کی معافی نہیں ہوگی صرف ایک شخص کی ہوگی تو مجھے امید ہے کہ وہ بھی میں ہوں گا۔

جنت میں جنتی کی حسرت

اللہ سے امید اتنی ہے کہ اس کے علاوہ کہیں امید کا کوئی سلسلہ نہیں ہے اور اپنے بارے میں خوف اتنا ہے کہ ہائے! میرا کیا بنے گا؟ ایک بزرگ ہر نماز کے بعد دونوں ہاتھ منہ پر رکھ لیتے تھے۔ کسی نے پوچھا کہ آپ ایسا کیوں کرتے ہیں؟ فرمایا! مجھے خبر نہیں ہے کہ کہیں میری نماز میرے منہ پر نہ ماردی گئی ہو۔ ہر عمل کے بارے میں یہی کیفیت ہو کہ نا معلوم میرا کونسا عمل میرے منہ پر نہ ماردیا جائے۔ مومن نیکی اور گناہ دونوں کرکے ڈرتا ہے۔ غلطی مومن سے بھی ہو سکتی ہے۔ خطا مومن سے بھی ہو سکتی ہے۔ مومن نیکی کرکے بھی ڈرتا ہے۔ وہ التجا کرتا ہے کہ الٰہی میں اس قابل نہیں۔ کہیں میں نیکی کرتے کرتے گناہ نہ کر بیٹھوں۔ حضرت رابعہ بصریہؒ فرماتی تھیں الٰہی! میرے استغفار کو بھی استغفار کی اور میری توبہ کو بھی توبہ کی ضرورت ہے۔ مومن عمل کرکے ڈرتا ہے، خوف کھاتا ہے۔ اس لئے کہتے ہیں کہ مومن کے اندر حسرت ہوتی ہے۔ یاد رکھیں ایک خوف ہوتا ہے اور دوسری حسرت! یہ حسرت موت تک باقی رہتی ہے۔ خوف اس چیز کا کہ میں نیکی تھوڑی کرسکا اور حسرت یہ کہ اللہ کے ساتھ تعلق اور محبت تھوڑا کرسکا، میں اور نیکی کرتا اور اللہ سے تعلق کو بڑھاتا۔ جنت میں جنتی کو بھی حسرت ہوگی اور جہنم میں جہنمی کو بھی حسرت ہوگی۔ اب سوچنے کی بات ہے کہ جو جہنم میں جانے والا ہے اس کو تو حسرت ہونی چاہیے لیکن جو جنت میں جانے والا ہے اس کو حسرت کیوں ہوگی؟ فرمایا! جہنمی کو حسرت ہوگی کہ اے کاش! میں کچھ اعمال کرلیتا، اللہ کو منالیتا، اللہ سے تعلق پیدا کرلیتا، اللہ کی محبت میں دن رات گزار لیتا اور جنتی کو یہ حسرت ہوگی کہ اے کاش! میں اور نیکی کرلیتا کہ مقامات اور بلند ہوتے، اعمال اور کرلیتا کہ اللہ کی محبت کے درجات اور بلند ہوتے، گناہوں سے اور بچ جاتا، زیادہ نیکی کرلیتا اور اپنے جسم پر زیادہ مجاہدہ کرلیتا تاکہ اللہ مجھے اور زیادہ عطا کرتا۔ یہ حسرت جنتی کو بھی ہوگی اور جنتی کو ایک اور حسرت ہوگی اور وہ کیا؟ آدمی کو سب سے زیادہ جو تکلیف ہوتی ہے وہ اس کا جسم کاٹنے سے ہوتی ہے۔ اسکے جسم پر سوئی چبھونے سے ہوتی ہے اور انسان ساری زندگی اس جسم کو ہی بچاتا رہتا ہے۔ کبھی دھوپ سے، کبھی چھاؤں سے، کبھی بلٹ پروف گاڑی کے ذریعے سے، کبھی گرمی سے، کبھی سردی سے، کبھی اوڑھنے سے، کبھی بچھونے سے، مکان بنانے کا مقصد جسم بچانا، کھانا کھانے کا مقصد جسم بچانا، لباس پہننے کا مقصد جسم بچانا، جوتے کا مقصد جسم بچانا، اعلیٰ پوشاک، نرم بستر، ان سب کا مقصود جسم بچانا ہے۔ گرمیوں میں ٹھنڈک اور سردیوں میں گرمی کا انتظام کرتا ہے۔ انسان اس جسم کو بچانے کیلئے سارے کے سارے انتظام موت کے آخری لمحے تک کرتا رہتا ہے لیکن اس کا جسم پھر بھی نہیں بچتا۔ (جاری ہے)

عقلمند اور جاہل: ۔کسی نے پوچھا کہ عقلمند کی تعریف کیا ہے۔ فرمایا! جو ہر چیز کو اسکے موقع پر استعمال کرے۔ پوچھا جاہل کون ہے، فرمایا! کہہ چکا۔

گرمی کا استقبال تندرستی کیساتھ

اس مہینہ میں اچھی اور خوبصورت نظاروں کی حامل جگہوں کی سیر کرنی چاہئے۔ سال بھر کی محنت ومشقت کے بعد چند دن جسم اور روح کو آرام دیا جائے تو تھکاوٹ اور بے دلی کم ہو کر انسان تازہ دم ہو جاتا ہے۔ (نوازش علی ملتان)

سردی رخصت ہو گئی ہے اور گرمی کی آمد آمد ہے۔ بھاری بھرکم بستروں میں سے لحاف اور توشک اٹھائے جا چکے ہیں۔ اس ماہ کے دن بہ نسبت راتوں کے کسی قدر بڑے ہو جاتے ہیں۔ موسم کے مزاج میں حرارت بڑھ جاتی ہے جس کی وجہ سے انسانی اجسام میں قوت زیادہ ہو جاتی ہے۔ خون کی حدت میں اضافہ اور تیزی ہو جاتی ہے۔ موسمی تبدیلی صحت پر اثر انداز ہوتی ہے اس لئے بلغمی امراض مثلاً کھانسی، وجع المفاصل، ذات الجنب وغیرہ میں کمی آجاتی ہے لیکن موسم گرما کے اوائلی امراض مثلاً وبائی نزلہ، زکام اور خسرہ وغیرہ کی شکایات اکثر دیکھنے میں آتی ہیں۔ بحیثیت مجموعی اپریل مہینہ خوشگوار موسم کا حامل ہوتا ہے۔ درختوں میں نئی نئی کونپلیں اور شگوفے پھوٹتے ہیں جو انواع واقسام کے ثمرات کی افزائش کا باعث بنتے ہیں۔ رنگ برنگے پھول کھل کر اپنی بہار دکھاتے ہیں۔ جن کی خوبصورتی نہ صرف بصارت اور دل ودماغ کو تقویت دیتی ہے بلکہ طرح طرح کی خوشبوئیں پھیل کر فضا کو معطر کرتی ہیں جس کے باعث ارواح انسانی بے حد مسرت حاصل کرتی ہیں۔ مرجھائی طبیعتوں میں فرحت وانبساط کی فراوانی ہو جاتی ہے۔

اس مہینہ میں اچھی اور خوبصورت نظاروں کی حامل جگہوں کی سیر کرنی چاہئے۔ سال بھر کی محنت ومشقت کے بعد چند دن جسم اور روح کو آرام دیا جائے تو تھکاوٹ اور بے دلی کم ہو کر انسان تازہ دم ہو جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ترقی یافتہ اقوام کے افراد ان دنوں مختلف جھیلوں، پہاڑوں اور جنگلوں کے پرفضا مقامات پر چند یوم ضرور بسر کرتے ہیں اور یہی چیز ان کی تندرستی میں مددگار ومعاون ثابت ہوتی ہے۔ ویسے تو رہائشی جگہوں کو صاف ستھرا رکھنا انسان کا لازمی فرض ہے مگر خاص طور پر ان ایام میں ذرا زیادہ ہی توجہ دی جائے تو اپنے آپ کو اور اپنے خاندان کو ملیریا جیسے موذی مرض سے محفوظ رکھا جا سکتا ہے کیونکہ گندی جگہوں پر مچھر کی افزائش ہوتی ہے۔

اسی طرح مکھیاں بھی جو کہ ہیضے جیسی مہلک وبا کا باعث ہوتی ہیں گندی جگہوں پر پرورش پاتی ہیں۔ اس لئے ہمیں چاہئے کہ اپنے گھر میں سفیدی کرائیں، نالیوں میں صفائی کے بعد فینائل چھڑکیں، صحن اور کمروں کے فرش کو دھوئیں اور ہمیشہ صاف ستھرا رکھیں۔ کوڑے کرکٹ کو ڈھکنے والے ٹین میں جمع کریں۔ وقتاً فوقتاً اگربتی یا دھونی جلائیں تاکہ کمروں کی گندی ہوا صاف رہ سکے۔ سوتے وقت مچھر دانی کا استعمال نہایت مفید ہے۔ اس مہینہ میں بھنی ہوئی چیزیں، شکار کے گوشت اور سرکے میں تیار کی گئی چیزیں جیسے پیاز یا سکنجبین وغیرہ استعمال کرنی چاہئیں۔ روزانہ غسل کریں اور بدن پر روغن سرسوں کی مالش کریں۔ لباس میں خوشبو لگانا اور خوشبو دار پھولوں کا سونگھنا مفید ہے۔ اگرچہ اس موسم میں تیز مصالحہ والی بھنی ہوئی غذاؤں کو طبیعت چاہتی ہے مگر زیادہ تیز مصالحہ اچھی چیز نہیں ہے کیوں کہ یہ معدے کے فعل کو باطل کرتا ہے اور نہ ہی حد سے زیادہ بھنا ہوا گوشت مفید ہے کیونکہ اس کے تمام حیاتین جل کر تباہ ہو جاتے ہیں۔ اس لئے بھنے ہوئے سے مراد معتدل (درمیانہ درجہ) بھوننا ہے۔ اس کے علاوہ جو لوگ کڑاہی تکے کے گوشت کے بے حد شوقین ہوتے ہیں اور روزانہ استعمال کرتے ہیں، ان کی بھوک مر جاتی ہے۔ سوء ہضم کی شکایت ہو جاتی ہے۔ جگر صالح خون پیدا نہیں کرتا۔ آنتوں کا فعل خراب ہو جاتا ہے اور پھر پیچش، دست اور آخر میں سنگرہنی جیسی موذی اور جان لیوا بیماری کے شکار ہوتے ہیں۔ لہٰذا تھوڑی دیر کے مزہ کیلئے اپنی جان کو داؤ پر مت لگائیے۔ ہاں کبھی کبھار اور بالکل کم مقدار میں کھانے سے کوئی نقصان نہیں پہنچتا۔ پودینہ اور پیاز کی چٹنی نہ صرف کھانے ہی کو لذیذ بناتی ہے بلکہ ہضم کرنے میں بھی ممد ومعاون ثابت ہوتی ہے۔ رات کو کھانا کم کھائیں اور اس کے بعد کچھ دیر چہل قدمی کریں۔ کھانے کے فوری بعد سونے کے لئے نہ جائیں۔ موسم بہار میں موسم کی تبدیلی کے ساتھ ہی انسانی جسم میں بھی تبدیلی رونما ہونا شروع ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے بہت احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ موسم سرما اختتام پذیر ہونے کے بعد موسم بہار پوری آب وتاب کے ساتھ جلوہ گر ہے۔ یہ موسم ہمارے ہاں مارچ اور اپریل میں ہوتا ہے۔ ہر سو پھولوں کی مہک ہے۔ باغوں میں چہل پہل نظر آتی ہے اور ایک عجب خوشگواری کا احساس ہوتا ہے مگر اس کے باوجود بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں جن کے لئے موسم تبدیل ہونے کے ایام اور خصوصاً موسم بہار اذیت ناک ہوتا ہے۔ الرجک اور دمے کے مریض ایسے ہی لوگوں میں شامل ہیں۔ دنیا میں اس وقت ایک سے ڈیڑھ کروڑ افراد دمے جیسے موذی مرض کا شکار ہیں اور ان کی تعداد میں آئے دن اضافہ ہو رہا ہے، مگر جن لوگوں کو الرجک دمہ (Allergic Asthma) ہے ان کے لئے یہ خوشگوار موسم ناخوشگواری کا پیغام لاتا ہے، کیونکہ بہار کے ایام ان کے لئے وبال جان بن جاتے ہیں۔ سانس لیتے وقت شدید مشکل پیش آتی ہے، دم گھٹتا ہے اور سینے میں جکڑن محسوس ہوتی ہے۔ کبھی کھانسی ہوتی ہے اور زور لگا کر سانس خارج کرنا پڑتا ہے۔ جوں جوں موسم بہار ختم ہوتا اور گرمی اپنا اثر دکھانا شروع کرتی ہے ایسے لوگوں کی طبیعت بحال ہوتی جاتی ہے۔

الرجک دمہ: الرجک دمہ ہر عمر کے فرد کو ہو سکتا ہے۔ الرجک دمہ کسی خاص چیز کی الرجی سے ہوتا ہے۔ جس چیز سے الرجی ہو کر دمہ ہوتا ہے اسے حساسیہ یا الرجن (Allergen) کہتے ہیں مثلاً گائے کا گوشت، دودھ، چاول وغیرہ، کیونکہ بعض افراد کو ان کے باعث الرجک دمہ ہو جاتا ہے۔ دودھ پیتے بچے کو گھر کے اندر کی اشیاء سے الرجی ہو جاتی ہے مثلاً بستر، دریوں، قالین، صوفوں کے گرد وغبار، پرندوں کے پر وغیرہ۔ اسی طرح سرد ہوا، خشک موسم، ماحولیاتی اور فضائی آلودگی، فضا میں دھوئیں اور گیسوں اور مرطوب آب وہوا سے بھی حساس افراد کو الرجک دمہ ہو جاتا ہے۔

موسم بہار میں الرجک دمہ: موسم بہار میں پھولوں، گھاس اور پودوں کے ریزے فضا میں شامل ہو جاتے ہیں۔ اس طرح یہ باریک ذرے سانس کے ذریعے سے پھیپھڑوں میں پہنچ کر سوزش اور ورم پیدا کرتے ہیں جس سے سانس کی نالیاں تنگ ہونے سے سانس گزرنے میں دقت ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ موسم کا سرد خشک ہونا بھی اس کا سبب بن جاتا ہے۔ (باقی صفحہ نمبر 38)

شیر خوار بچوں کی کھانسی

شیر خوار بچوں کو دوائی کھلانا ایک مشکل امر ہے کھانسی دور کرنے کا ایک آسان طریقہ یہ ہے پھٹکری بریاں پانی میں حل کر کے بچے کی والدہ کی چھاتیوں پر لگائیں اور پھر بچے کو دودھ پلائیں۔ شیر خوار بچوں کو کھانسی سے نجات ملے گی۔ (مرسلہ: بیگم انیلہ، لاہور)

معرفت کی آغوش میں پلنے والے

غیب سے آواز آئی کہ تمہیں علم نہیں کہ محض تمہارے ہاتھ کی برکت سے دہریے کا ہاتھ نہ جلنے پایا اگر وہ تنہا ہاتھ آگ میں ڈالتا تو فی الفور جل جاتا۔

(ہمشیرہ ادریس خان، ڈیرہ اسماعیل خان)

حضرت مالک بن دینارؒ، حضرت خواجہ حسن بصریؒ کے ہمعصر تھے۔ آپؒ کی پیدائش اس وقت ہوئی جبکہ آپؒ کے والد غلامی کی حالت میں تھے۔ بظاہر آپؒ غلام زادہ ہیں لیکن باطنی حیثیت میں آپ کی ذات بابرکات ہر طرح آزاد ہے۔ آپؒ کی کرامات کا ذکر اور ریاضت کا تذکرہ اکثر ہوتا ہے۔ بعض کہتے ہیں کہ دینار آپؒ کے والد کا نام تھا اور بعض اسکے متعلق ایک روایت یوں بیان کرتے ہیں کہ ایک دفعہ آپؒ کشتی پر سوار تھے۔ جب کشتی دریا کے درمیان پہنچی تو ملاحوں نے مسافروں سے اپنی مزدوری طلب کی۔ آپؒ نے فرمایا کہ میرے پاس کچھ نہیں جس پر ملاحوں نے آپؒ کو بری طرح مارا حتیٰ کہ آپؒ بے ہوش ہوگئے۔ جب آپؒ ہوش میں آئے تو پھر مارا اور اجرت طلب کرنی شروع کی اور کہا کہ اگر تم اجرت نہ دو گے تو تمہیں باندھ کر دریا میں پھینک دیا جائے گا۔ اس وقت دریا کی مچھلیاں ایک ایک دینار منہ میں پکڑے ہوئے کشتی کے اردگرد آگئیں۔ ایک مچھلی سے دینار لے کر آپؒ نے ملاحوں کے حوالے کر دیا۔ جب لوگوں نے یہ ماجرا دیکھا تو اپنے سلوک پر سخت شرمندہ ہوئے۔ مذکور ہے کہ آپؒ دمشق میں رہتے تھے۔ جامعہ دمشق میں جس کو حضرت امیر معاویہؓ نے تعمیر کروایا تھا۔ اس خیال سے معتکف تھے کہ مسجد کی تولیت ان کو مل جائے۔ چنانچہ ایک سال تک آپؒ عبادت کرتے رہے۔ جس کسی نے آپکو دیکھا ہر وقت نماز ہی میں مصروف پایا لیکن آپؒ اپنے آپکو منافق کہتے تھے۔ ایک سال کے بعد ایک رات مسجد سے باہر نکلے اور آواز سنائی دی کہ اے مالک تو کیوں نہیں توبہ کرتا۔ آپؒ نے جب اس آواز کو سنا تو حیران ہو کر مسجد میں واپس آگئے اور تولیت کے خیال کو دل سے نکال کر عبادت الٰہی میں مصروف ہوگئے اور ایک سال کی ریائی عبادت پر نہایت شرمندہ ہوئے۔ صبح کو لوگ آپؒ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کرنے لگے کہ مسجد کیلئے ایک متولی کی ضرورت ہے اور آپؒ سے بڑھ کر کوئی شخص ہمیں بہتر نظر نہیں آتا۔ حضرت مالکؒ نے دل ہی دل میں کہا۔ خداوندا ایک سال کی سخت ریاضت کے باوجود مالک کو کسی نے پوچھا تک نہیں اور اب کہ میں نے اپنے یقین کو درست کر لیا تو تو نے اتنے آدمیوں کو بھیج دیا کہ یہ کام میرے گلے میں منڈھ دیں۔ خدا کی قسم! اب میں مسجد سے باہر نکلنا نہیں چاہتا۔ یہ کہہ کر ریاضت و مجاہدہ میں مصروف ہوگئے۔ ایک دفعہ آپؒ ایک دیوار کے سائے میں آرام فرما رہے تھے اور ایک سانپ نرگس کی شاخ منہ میں لے کر آپؒ کو پنکھا جھل رہا تھا۔ آپؒ بیان فرماتے ہیں کہ میں مدت سے جہاد میں شریک ہونے کی خواہش رکھتا تھا لیکن جب جہاد کا موقع آیا تو میں بیمار ہوگیا اور نہ جا سکا۔ اسی غم میں نیند آگئی تو کیا دیکھا کہ کوئی شخص کہہ رہا ہے یہ بخار تیرے حق میں خدا کی نعمت ہے کیونکہ اگر تو جہاد میں شامل ہوتا تو گرفتار ہو جاتا اور دشمن تجھ کو سور کا گوشت کھلاتے۔ چنانچہ میں نے خواب سے بیدار ہو کر شکر الٰہی ادا کیا۔ ایک دفعہ ایک دہریہ سے آپؒ کا مناظرہ ہوا اور بہت دیر ہوگئی۔ وہ کہتا تھا کہ میں حق پر ہوں۔ آخر فیصلہ اس امر پر ہوا کہ اپنے اپنے ہاتھ آگ میں ڈالیں جس کا ہاتھ جل جائے گا وہ باطل سمجھا جائیگا۔ چنانچہ ایسا ہی کیا گیا مگر دونوں میں سے کسی کے ہاتھ کو آگ نے نقصان نہ پہنچایا۔ لوگ کہنے لگے کہ دونوں حق پر ہیں۔ اس بات سے دل گیر ہو کر آپؒ گھر آئے اور جبین نیاز زمین پر رکھ کر بارگاہ الٰہی میں مناجات کی کہ ستر سال کی عبادت کے بعد ایک دہریہ کے برابر ہو سکا۔ غیب سے آواز آئی کہ تمہیں علم نہیں کہ محض تمہارے ہاتھ کی برکت سے دہریے کا ہاتھ نہ جلنے پایا اگر وہ تنہا ہاتھ آگ میں ڈالتا تو فی الفور جل جاتا۔

نقل ہے کہ آپؒ ایک دفعہ سخت بیمار ہوگئے اور زندگی کی امید نہ رہی۔ آخر اللہ تعالیٰ نے شفا بخشی۔ شیخ خود فرماتے ہیں کہ ابھی میں کمزور ہی تھا کہ کسی چیز کی ضرورت سے بازار جانے کا اتفاق ہوا۔ سامنے سے امیر شہر آ رہا تھا اور چوبدار لوگوں کو راستے سے ہٹاتا جا رہا تھا۔ مجھ میں اتنی طاقت نہ تھی کہ جلدی سے علیحدہ ہو جاتا۔ چنانچہ چوبدار نے مجھے کوڑا مار کر علیحدہ کیا۔ میں نے کہا خدا تیرے ہاتھ کو توڑے۔ دوسرے دن میں نے اس کو دیکھا کہ اس کا ہاتھ کٹا ہوا تھا اور چوراہا میں ذلیل آدمیوں کی طرح پڑا تھا۔ روایت ہے کہ آپؒ کے ہمسایہ میں ایک مفسد نوجوان رہا کرتا تھا اور آپؒ کو ہمیشہ اس سے رنج پہنچتا تھا لیکن آپؒ ہر حالت میں صبر فرماتے۔ آخر اس آدمی کی شکایت لے کر چند آدمی آپؒ کے پاس آئے۔ آپؒ شکایت سن کر اس کے پاس گئے تا کہ اس کو سمجھائیں لیکن وہ بدزبانی سے پیش آیا اور کہا کہ میں بادشاہ کا آدمی ہوں۔ آپؒ نے فرمایا کہ میں بادشاہ سے کہوں گا اس نے کہا کہ بادشاہ میری رضامندی کے خلاف کچھ نہ کرے گا۔ پھر آپؒ نے فرمایا کہ بادشاہ نہیں سنے گا تو اللہ سے کہوں گا۔ اس نے کہا کہ اللہ تعالیٰ بادشاہ سے زیادہ کریم ہے۔ یہ بات سن کر آپؒ واپس چلے آئے۔ چند دن بعد اس کی نامناسب حرکات حد سے بڑھ گئیں اور لوگ دوبارہ اس کی شکایت کرنے لگے۔ چنانچہ آپؒ نے اس کو تنبیہ کرنے کا ارادہ کیا۔ راستے میں ہی تھے کہ غیب سے آواز سنی۔ ابھی ہمارے دوست کو اس کے اپنے حال پر چھوڑ دے۔ آپؒ کو اس آواز سے سخت تعجب ہوا لیکن آپؒ اس شخص کے پاس چلے گئے۔ جب اس نے آپؒ کو دیکھا تو سمجھ گیا کہ پھر سمجھانے آئے ہیں۔ اس نے کہا کہ پھر آئے ہو۔ آپؒ نے کہا کہ میں اطلاع دینے کے لئے آیا ہوں کہ میں نے ایسی آواز سنی ہے۔ اس مفسد نوجوان نے کہا اگر ایسا ہے تو میں اپنی تمام جائیداد خدا کی راہ میں دیتا ہوں۔ یہ کہہ کر سب کچھ لٹا دیا اور نیک بن گیا۔ حضرت مالکؒ فرماتے ہیں کہ ایک مدت بعد میں نے اس آدمی کو مکہ معظمہ میں دیکھا۔ سوکھ کر کانٹا ہو گیا تھا اور جاں بلب تھا۔ اس نے کہا میں دوست کی رضامندی کیلئے گھر سے نکلا۔ میں اس کی رضا چاہتا ہوں چنانچہ میں نے توبہ کی۔ یہ کہہ کر جان دیدی۔

ایک دفعہ آخری عمر میں ایک شخص نے عرض کی کہ مجھے کچھ وصیت فرمائیں۔ فرمایا کہ ہر وقت اللہ تعالیٰ کی کارسازی پر نظر رکھنا تا کہ نجات پاؤ۔ چنانچہ جب وہ شخص مرگیا تو کسی بزرگ نے اس کو خواب میں دیکھا اور پوچھا کہ اللہ تعالیٰ نے تیرے ساتھ کیا سلوک کیا۔ اس نے کہا دربار خداوندی میں گناہوں سے آلودہ پہنچا۔ محض اس نیک خیال کی بدولت جو میں اللہ تعالیٰ کی کارسازی پر رکھتا تھا۔ اس نے میرے سارے گناہ بخش دیئے۔ ایک بزرگ نے خواب میں دیکھا کہ فرشتے حضرت مالک بن دینارؒ اور محمد واسعؒ کو جنت میں لے جا رہے ہیں۔ اس بزرگ نے کہا دیکھوں پہلے کون جنت میں جاتا ہے۔ چنانچہ حضرت مالک بن دینارؒ کو جنت میں داخل کیا اور پھر حضرت محمد واسعؒ کو۔ اس بزرگ نے تعجب سے پوچھا کہ محمد واسعؒ زیادہ کامل اور عالم تھے۔ جواب ملا کہ یہ تفاوت محض اس وجہ سے ہے کہ دنیا میں حضرت مالک بن دینارؒ کا ایک ہی پیراہن تھا۔ (یعنی خدا پر توکل) اور محمد واسعؒ کے دو پیراہن تھے۔ یعنی وہ دنیا میں ذاتی کوشش اور اسباب کو بھی مدنظر رکھتے تھے۔

گھیکوار کا فائدہ:۔ گھیکوار کے استعمال سے انتڑیوں میں رکی ہوئی گیس خارج ہوتی ہے اور بواسیر کے درد کو آرام ملتا ہے۔

ربیع الثانی کی مقبول عبادات

ربیع الثانی نہایت افضل مہینہ ہے اور اس ماہ میں بھی زیادہ سے زیادہ درود پاک پڑھنا چاہیۓ۔

یہ اسلامی سال کا چوتھا مہینہ ہے اسے ربیع الآخر بھی کہا جاتا ہے۔ اس کا نام رکھتے وقت ربیع کا موسم تھا یعنی ربیع کا اخیر تھا اس لیے اس کا نام ربیع الآخر رکھا گیا۔ مگر ربیع الاول کی مناسبت سے اس کا نام ربیع الثانی مشہور ہو گیا۔

اس مہینہ کے مشہور واقعات یہ ہیں کہ اس مہینہ کی تیسری تاریخ کو حجاج نے کعبۃ اللہ پر آگ پھینکی تھی۔ جبکہ سیدنا حضرت ابن زبیرؓ وہاں محصور تھے۔ جس سے خانہ کعبہ جل گیا۔ اسی ماہ میں حضرت سیدنا عبدالقادر جیلانیؒ کا وصال بھی ہوا۔

اس ماہ کے نوافل حسب ذیل ہیں جو اکثر صوفیاء کے معمولات میں رہے۔

نفلی عبادت

شب اول کے نوافل: عابدوں کا کہنا ہے کہ جب ربیع الثانی کا چاند نظر آجائے تو اس کی شب اول میں بعد نماز مغرب آٹھ رکعت نفل دو دو رکعت کی نیت سے پڑھے اور پہلی رکعت میں سورہ الفاتحہ کے بعد سورۂ الکوثر تین بار اور دوسری میں سورۂ الکافرون تین بار پھر تیسری چوتھی، پانچویں، چھٹی، ساتویں، آٹھویں رکعت میں سورۂ الفاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تین تین بار ہر رکعت میں پڑھے۔ انشاءاللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو بے شمار ثواب ملے گا اور بے شمار نمازوں کا اجر عطا ہوگا۔

چار رکعت نفل: جواہر غیبی میں ہے کہ اس مہینہ کی پہلی، پندرہویں، انتیسویں تاریخوں میں چار رکعت نفل پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ الفاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پانچ بار پڑھے۔ اس کے لیے ہزار نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ہزار برائیاں مٹائی جاتی ہیں۔ انشاء اللہ پروردگار عالم روز محشر مغفرت فرمائیں گے۔

انجام بخیر کا وظیفہ: جو شخص پورا ماہ بعد نماز عشاء یہ وظیفہ روزانہ ۱۱۱ مرتبہ پڑھے گا وہ موت کے وقت کلمہ پڑھتا ہوا اس دنیا سے رخصت ہوگا۔ بعض بزرگوں کا کہنا ہے کہ اس وظیفے میں خاتمہ بالخیر کی بے حد تاثیر ہے۔ اس وظیفہ سے خاتمہ بالخیر ہوتا ہے۔ **فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ اَنْتَ وَلِیّٖ فِی الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَةِ ج تَوَفَّنِیْ مُسْلِمًا وَّاَلْحِقْنِیْ بِالصّٰلِحِیْنَ** (سورہ یوسف:101)

ترجمہ: اے آسمانوں اور زمینوں کے پیدا کرنے والے دنیا اور آخرت میں تو ہی میرا رفیق ہے، تو مجھ کو اپنی فرمانبرداری میں دنیا سے اٹھا لے اور مجھ کو اپنے نیک بندوں میں داخل کر لے۔

بابرکت دعا:۔ ربیع الثانی نہایت افضل مہینہ ہے اور اس ماہ میں بھی زیادہ سے زیادہ درود پاک پڑھنا چاہیۓ۔

ابن عباسؓ سے مروی ہے کہ ایک بار حضرت اسرافیلؑ حضرت نبی ﷺ کے پاس اتر کر آئے اور عرض کیا کہ **سُبْحٰنَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ عَدَدَ مَاعَلِمَ اللّٰهُ وَمِثْلَ مَاعَلِمَ اللّٰهُ** پڑھے جو کوئی اس کو ایک بار پڑھے گا اللہ پاک اس کو ان لوگوں کے زمرہ میں لکھے گا جو اللہ پاک کی بکثرت یاد کرنے والے ہیں۔ وہ شخص رات و دن اللہ پاک کی یاد میں لگے رہنے والوں سے بھی افضل ہو جائے گا اور یہ کلمات اس کیلئے جنت میں داخلہ کا ذریعہ بن جائیں گے اور جس طرح درخت کے پتے جھڑتے ہیں اسی طرح اس کے گناہ جھڑ جائیں گے اور اللہ پاک کی اس پر نظر رہے گی اور اس کو دوزخ کا عذاب نہ دے گا اور حدیث میں آیا ہے کو کوئی **سُبْحٰنَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ عَدَدَ مَافِی عِلْمِ اللّٰهِ وَدَوَامِ مُلْکِ اللّٰهِ** پڑھے گا دنیا اور اہل دنیا چاہے ختم ہو جائیں لیکن اس کے پڑھنے والے کا ثواب نہ ختم ہوگا۔

غصہ سے نجات کیلئے

اگر گھر میں کسی سے رنجش، ناراضگی یا شدت کی مخالفت اور لڑائی جھگڑا ہے تو سات مرتبہ درود شریف (کوئی سا بھی) پڑھیں پھر سات بار "**اَللّٰهُمَّ اَذْهِبْ غَیْظَ قَلْبِی**" پڑھیں پھر آخر میں سات بار درود شریف پڑھ کر اس فرد پر پھونک ماریں۔ یا پانی پر دم کر کے انہیں پلا دیں دو تین بار ایسا کرنے سے انکا غصہ کم ہو جائے گا اور حالات مناسب ہو جائینگے۔ (سعیدہ بلوچ، مظفر گڑھ)

اللہ سے مانگنے کا گُر

ستر بار آیت الکرسی پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں خشوع وخضوع سے دعا کریں۔ خواہ کیسی ہی سخت مشکل کیوں نہ ہو، اللہ تعالیٰ حل کر دینگے۔

ہر دعا کی قبولیت:۔ جمعہ کے دن عصر کی نماز کے بعد دوزانو بیٹھ کر صدق دل سے ستر بار آیت الکرسی پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں خشوع وخضوع سے دعا کریں۔ خواہ کیسی ہی سخت مشکل کیوں نہ ہوگی اللہ تعالیٰ حل کر دینگے۔ اول وآخر درود شریف بھی پڑھیں۔ اگر عصر کی نماز کے بعد بدستور مغرب کی نماز تک وہیں بیٹھے رہیں تو بہت مفید اور جلد ہی اثر ہوگا۔ اسی اثناء میں ختم وظیفہ کے بعد درود شریف اور استغفار پڑھتے رہیں۔ اس دوران میں عامل پر ایک خاص حالت طاری ہوگی۔ اس حالت میں عامل جو دعا مانگے گا، اللہ پوری کریگا۔

سخت سے سخت مشکل کا حل:۔ آدھی رات کے وقت تنہائی کے مکان میں جہاں کسی آدمی یا کسی اور قسم کی کوئی آواز سنائی نہ دے سکتی ہو۔ باوضو بیٹھ کر اول دو رکعت نماز ادا کرے پھر ایک سو ستر مرتبہ آیت الکرسی کی تلاوت کرے۔ اول وآخر درود شریف گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر ننگے سر سجدے میں جائے اور عاجزی کے ساتھ بارگاہ الٰہی میں دعا کرے۔ انشاء اللہ کیسی ہی سخت مشکل کیوں نہ ہو حل ہو جائیگی، مجرب ہے۔ بعض اکابرین نے ایک سو ستر کی بجائے تین سو تیرہ مرتبہ پڑھنے کی ہدایت ہے۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ وَصَلَّی اللّٰهُ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَسَلَّمَ قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ لَیْسَ کَمِثْلِهٖ اَحَدٌ لَا تُسَلِّطْ عَلَیَّ اَحَدًا وَّغَنِیَ یَارَبِّ کُلِّ اَحَدٍ بِفَضْلِ قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ اَللّٰهُ الصَّمَدُ لَمْ یَلِدْ وَلَمْ یُوْلَدْ وَلَمْ یَکُنْ لَّهٗ کُفُوًا اَحَدٌ○ اِلٰهِی یَامَنْ هُوَ قَدِیْمٌ وَّیَا دَائِمُ وَیَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ یَااَوَّلُ یَااٰخِرُ اِقْضِ حَاجَتِی یَافَرْدُ یَا صَمَدُ وَصَلَّی اللّٰهُ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَسَلَّمَ○ اول وآخر چند مرتبہ درود شریف کے ساتھ یہ دعا صبح وشام تین تین مرتبہ کچھ دنوں تک پڑھنے سے تمام مشکلات حل ہونگی۔ (انشاءاللہ)

(مزید ایسے بہترین روحانی فیض حاصل کرنے کیلئے عبقری کا خاص نمبر "کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات" کا مطالعہ کریں۔)

نبوی ﷺ راز! صرف دکھی مریضوں کیلئے

ایک مختصر دوائی کے اتنے فائدے ہیں کہ شاید آپ شک میں پڑ جائیں لیکن آپ اسے ضرور آزمائیں۔ ہاں! اتنی بات ضرور ہے کہ جلدی نہ کیجئے گا۔ اعتماد اور اطمینان کے ساتھ کچھ عرصہ تسلی سے ضرور استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہو گا۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کرلاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں۔ (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

بندہ مسجد نبوی ﷺ شریف میں باب عمرؓ بن خطاب کے پاس دنیا کی عظیم روحانی اور دینی شخصیت کیساتھ بیٹھا تھا۔ مختلف موضوعات پر گفتگو ہو رہی تھی تو تذکرہ انجیر کا ہوا۔ فرمانے لگے کہ اللہ تعالیٰ نے کیکر اور شیشم کے درخت کی قسم نہیں کھائی بلکہ قرآن میں پوری سورت کا نام خود انجیر ہے یعنی سورۃ التین ہے اور پھر اس سورۃ میں اللہ تعالیٰ نے انجیر کی قسم کھائی ہے۔ آخر اس میں اتنی افادیت ہے تو اللہ تعالیٰ نے خود اس کی قسم اٹھائی ہے۔ آخر کیوں قرآن جیسی مقدس کتاب میں اگر اس کا تذکرہ آیا ہے آخر کچھ ہے تو اللہ تعالیٰ نے پہلے اس انجیر کی قسم اور پھر زیتون کی قسم اٹھائی ہے۔ آیئے آج آپ کو ایک عظیم تحقیق کی طرف متوجہ کرتے ہیں جو نہ صرف تحقیق ہے بلکہ صدیوں سے آزمودہ ایک لاجواب نسخہ اور تجربہ ہے۔ ایک صاحب میرے پاس آئے، کہنے لگے عرصہ دراز سے ماہنامہ عبقری اور آپ کی کتابوں کا قاری ہوں۔ آپ نے ہر ورق میں بخل شکنی کی ہے۔ کوئی عمل اور نسخہ نہیں چھپایا۔ میرے پاس ایک لاجواب نسخہ ہے جو میں مندرجہ ذیل امراض میں نہایت بھروسہ سے استعمال کراتا ہوں۔ پھر ان امراض کا تذکرہ اور ان سے متعلق واقعات بیان کیے۔ پھر بندہ نے بھی اس نسخہ کو آزمایا۔ اب تمام واقعات اور تجربات آپ کی خدمت میں پیش کرتا ہوں اور آپ سے بھی درخواست کرتا ہوں کہ آپ بھی اپنے طبی اور روحانی تجربات ضرور ارسال کریں اور مستقل کریں تاکہ آپ کے افادات سے مخلوق خدا کو بھی نفع پہنچے۔ ایک صاحب یورک ایسڈ کی بیماری آخری حالت میں مبتلا تھے انہوں نے یہ فارمولا چند ہفتے استعمال کیا اور اتنے لاجواب رزلٹ ملے کہ گمان سے بالاتر تھے۔ کہنے لگے کہ ہزاروں روپے تو ٹیسٹوں پر خرچ کیے اور ہزاروں کی ادویات مسلسل کھا رہا ہوں لیکن افاقہ نام کی چیز میرے قریب نہیں آتی۔ جب سے یہ نسخہ کھانا شروع کیا تو یورک ایسڈ کی رپورٹ ایسی نارمل ہوئی کہ خود میرا سرجن، ڈاکٹر اور فزیشن دوست حیران ہیں۔ پھر میں نے یہی نسخہ اپنے ان ڈاکٹر دوستوں کو دیا انہوں نے خود تو مریضوں کو لکھ کر نہیں دیا کہ ان کی شان کے خلاف تھا مگر وہ اس نسخے کی مکمل ترکیب اور استعمال کی فوٹو کاپی ہر مریض کو دیتے۔ یقین جانئے اگر ان سے اس نبوی ﷺ شفا کا رزلٹ لیا جائے تو آپ کے لیے انوکھا تجربہ ہوگا۔ ایک صاحب بواسیر کے دیرینہ مسئلے میں مبتلا تھے۔ کچھ ادویات اور پرہیز سے کام چل جاتا پھر ویسے ہی خون نکلتا۔ جلن، تکلیف اور طبیعت میں بے چینی ہو جاتی تھی۔ انہیں یہی دوائی استعمال کرائی۔ اب وہ خود بواسیر کے معالج ہیں اور لوگوں کو یہی دوا اور نسخہ لکھ لکھ کر دے رہے ہیں اور مریض تندرست ہو رہے ہیں۔ بواسیر کسی بھی قسم کی ہو چاہے پرانی ہو یا نئی ہو، خاندانی ہو یا زخم بن گئے ہوں، ان سب امراض کے لیے لاجواب تحفہ ہے۔ کسی ایک نے نہیں بے شمار نے آزمایا اور نہایت مفید پایا۔ ناک کی بڑھی ہوئی ہڈی، دائمی نزلہ، چھینکیں بلکہ چھینکوں کا طوفان، فلو اور زکام جو کسی بھی دوائی سے درست نہ ہو رہا ہو۔ اس نسخے سے بالکل تندرست ہو جاتا ہے۔ کئی بار آپریشن کروانے والوں کو پھر ناک کا مسئلہ شروع ہو جاتا ہے۔ چھینکیں ہیں کہ رکنے کا نام نہیں لیتیں۔ نزلہ، زکام اپنے عروج پر ہو۔ اسلام آباد کی پولن الرجی ہو یا کسی کو ڈسٹ الرجی ہو، ان سب کے لیے یہ ایک قدرتی عطیہ ہے۔ قدردان ہی قدر کرینگے۔ کانوں کے مسائل کے لیے تو خود اپنی ذات کا آزمودہ ہے۔ ہوا یہ کہ سالہا سال سے گھنٹوں موبائل اور بلیو ٹوتھ کے استعمال سے میرے کانوں میں سخت خارش، تکلیف، ٹیس اور درد شروع ہو گئی۔ پہلے تو کم محسوس ہوا پھر احساس ہوا کہ یہ سب کچھ اس موبائل کی کرامت ہے۔ لہٰذا اس کا استعمال چھوڑ دیا۔ قارئین یقین جانئے، کسی دن موبائل فون کھلا رہ گیا اور میں کالیں نہ سن سکا تو تقریباً 800 تک مس کالیں تھیں۔ میں نے خود یہی نسخہ مسلسل استعمال کیا۔ آہستہ آہستہ مرض ختم ہونا شروع ہوا۔ ایسے مریض جو کان بہنے، کان کے ناسور اور زخم میں عرصہ دراز سے مبتلا ہوں، انہیں یہ نسخہ ضرور استعمال کرنا چاہیے۔ حتیٰ کہ کانوں کے بہرے پن کا یہ آزمودہ فقیری لنگر ہے۔ اسی طرح گلے کا مرض ہو، آواز بیٹھ جائے یا آواز ختم ہو جائے، ٹانسلز، گلے کا ورم، گلے کے غدود ان سب کے لیے ایک لاجواب چیز ہے۔ ایک خاتون نے لکھا کہ میں اپنے تمام بچوں کے گلے کی خرابی سے مسلسل پریشان تھی۔ کسی بھی دوائی سے فائدہ نہ ہوا لیکن جب سے اس نسخہ کا استعمال شروع کیا ہے، اس دن سے واقعی میرے بچوں کی انٹی بائیوٹک ادویات ختم ہوئیں۔ کہتے ہیں کہ دمہ دم کے ساتھ ہے لیکن اس خدائی شفا نے یہ سب کچھ غلط ثابت کر دیا کہ دمہ دم کے ساتھ نہیں بلکہ دمہ قابل علاج ہے۔ جس کے سینے میں جکڑن ہو، پسینہ بندھا ہوا ہو، بلغم حتیٰ کہ الرجی کا دمہ اور الرجی کی کھانسی ہو ان سب کے لئے یہ ایک نعمت عظمیٰ ہے۔ کتنے لوگ ایسے ملے جو یہ بات کہتے تھے کہ ہم ادویات اور انہیلر استعمال کر کے تھک گئے ہیں۔ جب انہوں نے یہ نسخہ مسلسل استعمال کیا تو انہیں آرام بلکہ مکمل شفایابی نصیب ہوئی۔ آپ بھی آزمائیں لیکن جلدی نہ کیجئے گا۔ خود میرے پاس سینے کے ریشے بلغم اور الرجی کے تقریباً 300 سے زائد کیس جنہیں باقاعدہ یاد رکھا اور وہ تندرست ہوئے، ورنہ ایسے ہزاروں کیس ہیں۔ جلدی الرجی، جسم کا پھول یا سوج جانا، ڈھیلا پڑ جانا خارش اور دانے چاہے پیپ دانے ہوں یا سرخ ہوں یا خون والے ہوں ان سب کے لئے یہ آخری چیز ہے۔ ایک صاحب اپنے جسم سے نفرت کرتے تھے معلوم ہوا کہ کئی بار خودکشی کی ناکام کوشش کر چکے ہیں لیکن موت دور رہی۔ انہوں نے یہ دوائی استعمال کی اور بالکل صحت یاب ہو گئے۔ جلد نکھر گئی اور شفاف بن گئی۔

دائمی قبض، گیس، تبخیر کے مریض تو آنکھیں بند کر کے یہ تحفہ استعمال کریں۔ یہ نسخہ اس وقت بھی کام کرتا ہے جب تمام دوائیاں عارضی فائدے کے بعد اپنے دائمی فوائد کھو چکی ہوں اور مریض عاجز آ گئے ہوں۔ سینے کی جلن، گیس تبخیر، پیٹ کا بڑھنا، خواتین میں سرینوں اور رانوں کا موٹاپا، دائمی قبض اور کھٹے ڈکار آتے ہوں اور کوئی چیز ہضم نہ ہوتی ہو۔ غذا جزو بدن نہ بنتی ہو، جسم میں خون کی کمی ہو، ایسے تمام عوارضات میں یہ نسخہ نہایت بھروسے اور اعتماد سے استعمال کریں۔ اس کے اثرات دیکھ کر آپ کی حیرت کی انتہا نہ رہے گی۔ جب چہرہ ویران، داغ دھبے، چھائیاں اور کیل مہاسے جان نہ چھوڑ رہے ہوں، وہاں یہ دوائی اللہ تعالیٰ کی ایک نعمت، رحمت اور کرم کا درجہ رکھتی ہے۔

نوٹ:۔ قارئین! ایک مختصر دوائی کے اتنے فائدے ہیں کہ شاید آپ شک میں پڑ جائیں لیکن آزمائیں۔ ہاں اتنی بات ضرور ہے کہ جلدی نہ کیجئے گا۔ اعتماد اطمینان اور کچھ عرصہ تسلی سے ضرور استعمال کریں۔ (باقی صفحہ نمبر 38)

ختنہ......جدید سائنس کی روشنی میں

بعض ایسے کیس دیکھنے میں آئے ہیں کہ ختنہ نہ ہونے کی وجہ سے اولاد سے محرومی ہو جاتی ہے۔ قوت باہ میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور طرفین نشاط اور سرور سے محروم رہتے ہیں جوان کا انسانی حق ہے۔ (مرسلہ: محمد علی، لاہور)

ختنہ ایک خالص مسلمانی اصول اور نشانی ہے۔ بعض مذاہب میں ختنہ کا اصول اور رواج نہیں۔ جن جن مذاہب میں ختنہ نہیں ہوتا وہاں بعض ایسی بیماریاں ہیں جو ان لوگوں میں نہیں جن کا ختنہ ہوتا ہے۔ ڈاکٹر واچر نے ختنے کے متعلق تحقیق میں وضاحت کی ہے کہ o جن کے ختنے ہو گئے ہوں وہ شرم گاہ کے سرطان (Penis Cancer) سے بچ جاتے ہیں۔ o اگر ختنے نہ کئے جائیں تو پیشاب کی بندش اور گردے کی پتھری (Kidney Stones) کے خطرات موجود رہتے ہیں بلکہ بیشمار مریض ختنہ نہ ہونے کی وجہ سے پتھری کے مریض ہوتے ہیں۔ o ختنہ سے مرد غیر ضروری شہوت اور خیالات کے انتشار سے بچ جاتا ہے۔ o بعض خطرناک بیماریوں کے جراثیم عضو خاص کے گھونگھٹ میں پھنس کر اندر ہی اندر بڑھنا شروع ہو جاتے ہیں جس سے عضو خاص کا ایگزیما (Eczema) خارش اور الرجی ہو جاتی ہے۔ o عورتوں میں اس کے برے اثرات پڑتے ہیں کیونکہ یہی امراض مردوں کے ذریعے عورتوں میں منتقل ہو جاتے ہیں۔ o آتشک (Suphilis)، سوزاک (Gonorhea) اور خطرناک الرجی کے مریضوں میں مرض کی پیچیدگی صرف ان مریضوں کو ہوتی ہے جو ختنے کے بغیر ہوتے ہیں۔

بعض کیس ایسے دیکھنے میں آئے ہیں کہ ختنہ نہ ہونے کی وجہ سے اولاد سے محرومی ہو جاتی ہے۔ قوت باہ میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور طرفین نشاط اور سرور سے محروم رہتے ہیں جو ان کا انسانی حق ہے۔

ختنہ اور اقوام عالم

زچہ و بچہ کی صحت کے لئے ہر ملک اور قوم میں ماحول کے مطابق اور حسب ضرورت مختلف اصول و طریق اختیار کئے جاتے ہیں اور ہمیشہ سے ان پر عمل ہوتا چلا آرہا ہے۔ ناف کے کاٹنے کے بعد بچے کو غسل دینا، گھٹی پلانا وغیرہ ایسے طریق ہیں جو ساری دنیا میں رائج ہیں مگر ختنہ کا رواج صرف ابراہیمی نسلوں میں پایا جاتا ہے اور وہ اسے اپنا اہم مذہبی شعار قرار دیتے ہیں۔ گو عیسائیوں نے اسے ترک کر دیا ہے۔ مگر مسلمان اور یہودی اب تک اس پر سختی سے عمل کرتے ہیں۔

بعض مغربی عیسائیوں کا خیال ہے کہ حضرت ابراہیم علیہ السلام سے پہلے بھی یہ رسم دنیا میں موجود تھی۔ ممکن ہے ایسا ہو مگر تورات سے ظاہر ہے کہ پہلے پہل حضرت ابراہیم علیہ السلام نے ارشاد خداوندی کے تحت اس پر اسی (80) برس کی عمر میں خود بھی عمل کیا اور خاندان کے تمام مردوں حتیٰ کہ غلاموں سے بھی اس حکم پر عمل کرایا اور اللہ تعالیٰ سے آپ کے دائمی عہد کی یہ ایک اہم شرط تھی جسکو آپ نے اپنی آنیوالی نسلوں میں بھی رواج دینا تھا۔ اس عہد کے مطابق حضرت مسیح علیہ السلام کی ولادت کے آٹھویں دن ان کے ختنے کئے گئے۔ جسے اب ان کے ماننے والے عیسائیوں نے پولوس کے اس قول کے ماتحت کہ شریعت لعنت ہے اور عہد نامہ قدیم ختم ہو چکا ہے اور اس کی یہ شرط اب غیر ضروری ہے۔ اس مفید رسم کو بالکل ہی ترک کر دیا ہے بلکہ انہیں اس سے اس قدر نفرت ہو گئی ہے کہ ان کے ڈرامہ نویس بھی اس پر پھبتیاں کستے ہیں۔ چنانچہ شیکسپیئر نے اپنے ڈرامہ اوتھیلو میں ہیرو کے واقعہ خودکشی کا ذکر کرتے ہوئے لکھا ہے کہ اس (ہیرو) نے اپنے پیٹ میں چھرا گھونپ دیا اور چلا کر کہا "لڑکی میں نے ایک مختون کتے کا پیٹ یوں چاک کیا تھا"۔

اطباء مغرب ختنہ کی اہمیت و افادیت خوب سمجھتے ہیں لیکن عیسائی دنیا کی اس سے نفرت کے باعث عوام میں اسے رواج دینے یا اس کا مشورہ دینے سے کتراتے ہیں۔ گو بعض امراض میں جن میں اس (باقی صفحہ نمبر 38)

مصیبتوں سے نجات اور حصول مقاصد کیلئے خاص ورد

اول اور آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں: پھر "حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ" درج ذیل گنتی کے مطابق پڑھیں:

(۱) شر ور فتن سے حفاظت کے لئے 341 مرتبہ۔
(۲) وسعت رزق اور ادائے قرض کیلئے 308 مرتبہ۔
(۳) خاص کام کی تکمیل کیلئے 111 مرتبہ۔
(۴) مصائب و پریشانی سے نجات حاصل کرنے کیلئے 140 مرتبہ۔

(ملیحہ لودھی، راولپنڈی)

سرسوں دوا بھی شفا بھی

اگر اس کی چند سلائیاں آنکھوں میں ڈال لی جائیں تو آنکھوں کے امراض کے لئے بے حد مفید ہے۔ (شکیل احمد، مانسہرہ)

عربی	حرف الابیض	فارسی	شف	انگریزی	Mustard

سرسوں کے بیج چھوٹے چھوٹے اور گول تلخ دانے ہوتے ہیں۔ جن کے رنگ بھی مختلف ہوتے ہیں مثلاً سرخ، سیاہ، زرد اور سفید۔ اس کا مزاج گرم خشک درجہ سوم ہے۔ ان دانوں کا تیل نکالا جاتا ہے جسے سرسوں کا تیل کہتے ہیں۔ سرسوں کی خصوصیات درج ذیل ہیں۔

1- سرسوں ثقیل اور ریاح پیدا کرتی ہے۔ 2- پیٹ کے کیڑے مارتی ہے۔ 3- سرسوں کے بیج پیشاب آور اور محرک باہ ہیں۔ 4- کھجلی اور جسمانی خارش میں سرسوں کے پتے پکا کر کھانا اور سرسوں کا تیل لگانا مفید ہوتا ہے۔ 5- اس کا ساگ پکا کر کھاتے ہیں۔ جو پیٹ کے کیڑے نکالتا ہے اور بلغم کو اور ریح کو دور کرتا ہے (جبکہ صرف سرسوں کے بیج ریح پیدا کرتے ہے۔) ساگ قبض کشا ہے اور مصفی خون بھی ہے۔ 6- سرسوں کو تنہا یا ابٹن میں شامل کر کے جسم پر ملنے سے جلد صاف ہو جاتی ہے۔ 7- یہ ورموں کو تحلیل کرتا ہے۔ وزن اور قد جلد بڑھاتا ہے۔ 8- سرسوں کے بیج باہ کو طاقت دیتے ہیں۔ ان کو اگر آدھے ابلے ہوئے انڈے کے ساتھ کھایا جائے تو حد درجہ کے مقوی باہ ہیں۔

سرسوں کے تیل کے فوائد: ☆ سرسوں کا تیل گھی کی بجائے کھانا پکانے میں استعمال کیا جاتا ہے۔ ☆ مختلف مراہم تیار کرنے میں استعمال ہوتا ہے۔ ☆ بال گرنے کی صورت میں نہانے سے پہلے سرسوں کے تیل سے سر کی مالش کرنی چاہئے اور پھر ایک گھنٹہ بعد غسل کرنا چاہئے۔ بعد میں بالوں کو ہاتھوں سے رگڑنا چاہئے۔ بال چند دنوں میں گرنا بند ہو جائیں گے۔ ☆ تحقیق سے ثابت ہو چکا ہے کہ سرسوں کا تیل جراثیم کش ہے۔ ☆ اس کو بدن پر مل لینے سے پسو کبھی نزدیک نہیں آتے۔ ☆ جہاں پر سرسوں کا زیادہ استعمال ہوتا ہے وہاں پر طاعون کا حملہ نہیں ہوتا۔ ☆ سرسوں کے تیل کی دو بوندیں اگر بطور نسوار ناک میں ڈال دی جائیں تو زکام اور نزلہ کی شکایت دور ہو جائے گی۔ ☆ اگر اس کی چند سلائیاں آنکھوں میں ڈال لی جائیں تو آنکھوں کے امراض کے لئے بے حد مفید ہے۔ ☆ جسم پر سرسوں کا تیل لگالینے سے مچھروں کا ڈنگ جسم پر اثر نہیں کرتا، بلکہ مچھر اور پسو قریب نہیں آتے۔

بینائی کیلئے: سونف برابر مقدار میں شکر کے ہمراہ ملا کر رات کو باقاعدگی سے ایک بڑا چمچ دودھ کے ہمراہ کھاتے رہنے سے بینائی تیز ہو جاتی ہے۔

آیئے! بیوی کا خانہ خراب کریں

اتوار کو تمام دن دوستوں کیساتھ چائے کا چکر چلائیے۔ ہر بات کہہ کر، ہر کام کر کے، ہر چیز رکھ کے ہمیشہ بھول جایئے اور جب وقت پر کچھ نہ ملے تو چیخ چیخ کر سارا گھر سر پر اٹھا لیجئے۔ یقین کیجئے کہ آپ کی بیوی کا ذہنی سکون درہم برہم ہو جائیگا۔ (عبدالکریم، گوجرانوالہ)

عبقری کے شمارہ جون 2008ء میں ''شوہر کا خانہ خراب کیجئے'' نظر سے گزرا۔ جدت اور حقیقت کے لحاظ سے مضمون نگار نے کوئی پہلو تشنہ نہیں چھوڑا۔ ظاہر ہے جب شوہروں کا خانہ اس حد تک خراب ہو جائے گا کہ وہ خود کو پاگل محسوس کرنے لگیں تو انہیں بھی یہ حق پہنچتا ہے کہ جوابی کارروائی کے طور پر بیوی کا خانہ خراب کر دیں اور اس نتیجہ میں متوازن فضا پیدا ہو سکے۔ زیر نظر مضمون اسی خیال کے تحت پیش کر رہا ہوں۔

یاد رکھئے! بیوی کو آپ کے لیٹ آنے سے بڑی چڑ ہوتی ہے۔ اس لئے رات کو ہمیشہ دیر سے واپس آیئے۔ دفتری اوقات کے بعد جو وقت بچے اسے ہمیشہ دوستوں کے ساتھ سیر و تفریح، اور ہوٹل وغیرہ میں ضائع کیجئے۔ گھر جا کر بیوی کے ساتھ مغز مارنے کی کوئی ضرورت نہیں۔ دس بجے سے پہلے جانا تو بیوقوفی ہے البتہ بارہ بجے کے بعد آپ بخوبی گھر تشریف لے جا سکتے ہیں۔ اگر بدنصیب بیوی آپ کے انتظار میں اس وقت بھی جاگ رہی ہو تو نادم ہونے کی بالکل ضرورت نہیں۔ وہ ناک بھوں چڑھائے اور دیر سے آنے کی شکایت کرے، تو میز پر زور زور سے مکے مار کر یوں مخاطب کیجئے۔ ''دیر سے آیا ہوں تو کیا غضب ہو گیا۔ اس گھر میں میرے سکون کے لئے رکھا ہی کیا ہے۔ خون پسینہ ایک کر کے کماتا میں ہوں اور تمہیں تو عیش کرنے کے سوا اور کوئی کام ہی نہیں۔ ہماری بلی اور ہمیں کو میاؤں...... سارے دن کے تھکے ہوئے ذہن کیلئے اگر تفریح کے چند لمحے بھی نہ گزاروں تو دماغ خراب ہو جائے۔ کون سا جہیز میں کوٹھی کار لے آئی تھیں کہ مجھے محنت نہ کرنی پڑتی۔ قسمت پھوٹ گئی اپنی تو......!

بیوی کھانا لا کر رکھے وہ ٹھنڈا یا ناپسندیدہ ہو یا آپ باہر دوستوں کے ساتھ پیٹ پوجا کر چکے ہوں تو بیوی کو یوں نوازیئے: ''یہ کھانا پکایا ہے یا کونے والے ہوٹل سے منگوایا ہے؟ تین سو روپے ماہوار تنخواہ پانے والا کوئی شریف انسان بھی اسے نہیں کھا سکتا؟ ہرگز نہیں...... اگر زیادہ متاثر کرنا ہو تو بے شک پلیٹیں اٹھا کر زمین پر دے ماریئے اور کپڑے بدلے بغیر زور زور سے پاؤں پٹختے ہوئے اپنے کمرے میں تشریف لے جایئے۔

فرض کیجئے بھوک لگی ہے اور بیوی بے چاری نے آپ کے انتظار میں ابھی تک کھانا نہیں کھایا تو اس سے ہرگز مت کہئے کہ آؤ بیگم! کھانا کھا لو...... اور اگر وہ خود ہی کھانا شروع کر دے تو ایک قہر آلود نظر ڈالئے اور یوں فرمایئے: ''تم بھی عجیب عورت ہو، تمہاری وجہ سے روز آفس دیر سے پہنچتا ہوں اور ڈانٹ کھانا پڑتی ہے۔ کسی دن نوکری سے جواب مل گیا تو سر پر ہاتھ رکھ کر رونا...... وغیرہ وغیرہ......''

اگر آپ ان سعادت مند شوہروں میں سے ہیں جو ہر ماہ کی پہلی تاریخ کو ساری تنخواہ بیوی کے ہاتھ پر لا کر رکھ دیتے ہیں تو سخت غلطی پر ہیں۔ بیوی پر اعتماد کرنے کی قطعاً ضرورت نہیں۔ ضروری خرچ کے لئے پیسے نوکر کو دیجئے اور ساتھ ہی اسے ہدایت کر دیجئے کہ بیوی کی مکمل طور پر جاسوسی کرے اور رات کو تمام ''رپورٹ'' صاحب تک پہنچا دے کہ سارا دن بیگم نے کیا کیا معرکے سر کئے۔ کتنے مہمان آئے، الگ الگ مرد اور عورتوں کی تعداد کیا تھی، بازار گئیں تو کیا کیا خریدا۔ کس کس سے لڑائی مول لی۔ وغیرہ۔

دفتر میں کوئی لیڈی ٹائپسٹ ہو تو بیوی کے سامنے اسکی تعریف کیجئے۔ بیوی سے چھپانے کی چنداں ضرورت نہیں۔ بیوی کے سامنے دوسری عورتوں کی جی بھر کر تعریف کیجئے (جھوٹی ہی سہی) عورت سب کچھ برداشت کر سکتی ہے مگر شوہر کی توجہ یا جھکاؤ کسی دوسری طرف ہو تو یہ اس کی قوت برداشت سے باہر ہے۔ بیگم صاحبہ بازار سے کوئی پسندیدہ چیز خرید کر لائیں تو اسکی ہرگز تعریف نہ کیجئے۔ ہمیشہ اسے فضول خرچ، بے پرواہ اور پھوہڑ کا خطاب دیجئے۔ اگر بیوی بھول کر کسی کپڑے یا زیور کی فرمائش کر بیٹھے۔ تو ہرگز پوری نہ کیجئے بلکہ اسے یہ احساس دلایئے کہ وہ کسی وزیر یا سفیر کی بیگم نہیں ہے۔ معمولی آدمی کی بیوی ہے۔ اپنی اصل تنخواہ کا راز بیوی سے چھپایئے۔ اگر آپ بتا دیں گے تو اس میں سراسر آپ کا نقصان ہے۔ اگر وہ سال یا چھ ماہ بعد کسی دعوت یا شادی پر جانے کیلئے تیار ہو رہی ہے تو اسے بنا سنورا دیکھ کر ہرگز اس کی تعریف نہ کیجئے ورنہ اس کا دماغ عرش تک پہنچ جائے گا اور آپ کا مشن ناکام رہے گا۔ صرف اتنا کہئے۔ خوب بہت خوب، اگر کچھ فرق باقی ہے تو کہیں سے قرض منگوا لو اور بازار کا ایک چکر اور لگا لو تا کہ یہ حسن جہاں سوز اور بھی چمک سکے۔'' اگر آپ بیوی سے وعدہ کر کے جائیں تو کبھی وقت پر واپس نہ آئیں۔ انتظار کی کوفت بھی مزیدار ہوتی ہے۔ بیوی کی بات کم سنئے اور خود زیادہ بولئے۔ اگر اس کی زبان قینچی کی طرح چلنے لگے تو اس سے متاثر ہوئے بغیر زوردار آواز سے اسے یقین دلایئے کہ اس میں کوئی کشش نہیں اور آپ اس کی کوئی بات سننا پسند نہیں کرتے۔

بالفرض اگر آپ ساری تنخواہ بیوی کو دینے کے حق میں ہیں تو ہر ماہ کے آخر میں پائی پائی کا حساب لیجئے۔ اگر کہیں بھول چوک ہو جائے تو اتنی اونچی آواز میں نصیحت کیجئے کہ محلے والے بھی اس سے فائدہ اٹھا سکیں۔ یقین کیجئے ایسا کرنے سے آپ کے ماں باپ، بہن بھائی سب کے چہرے خوشی سے پھول کر کپا ہو جائیں گے۔ بچوں پر بھی ڈھول دھپے کی مشق کر سکتے ہیں۔ اپنے کمرے کو قطعاً صاف نہ کیجئے، یہ آپ کا کام نہیں۔ کپڑے ہمیشہ پلنگ پر پھینکئے۔ جوتے کمرے کے عین درمیان بڑے اچھے نظر آتے ہیں۔ شیو کا سامان رائیٹنگ ٹیبل پر اور سیاہی کی دوات ڈائیننگ ٹیبل پر رکھئے۔ کتابوں کے انبار ہمیشہ بستر پر چھوڑیئے۔ گیلا تولیہ ہمیشہ غسل خانے میں پھینک دیں۔ سگریٹوں کی راکھ اپنے کمرے کے علاوہ ڈرائنگ روم میں بھی جا بجا دکھائی دے۔ اتوار کو تمام دن دوستوں کے ساتھ چائے کا چکر چلایئے۔ ہر بات کہہ کر ہر کام کر کے، ہر چیز رکھ کے ہمیشہ بھول جایئے اور جب وقت پر کچھ نہ ملے تو چیخ چیخ کر سارا گھر سر پر اٹھا لیجئے۔ یقین کیجئے کہ آپ کی بیوی کا ذہنی سکون درہم برہم ہو جائیگا۔

شدید درد

اگر جسم کے کسی بھی حصے میں کسی وجہ سے شدید درد ہو تو اِذَا زُلْزِلَتِ الْاَرْضُ زِلْزَالَهَاo وَاَخْرَجَتِ الْاَرْضُ اَثْقَالَهَا (سورۃ الزلزال: 1,2) ایسی آواز سے جس کو مریض سن نہ سکے، صبح و شام سات سات بار پڑھ کر اس کے دائیں کان میں پھونکا جائے انشاءاللہ درد رفع ہو گا۔

(مرسلہ: بیگم منظور، حویلی لکھا)

تلسی کے پتے چہرے کی خوبصورتی کیلئے

تلسی کا پودا باغیچوں میں بھی لگایا جاتا ہے۔ اسکے پتوں سے بھینی بھینی خوشبو آتی ہے۔ اس پودے کے پتے پھیپھڑوں اور گردے ومثانے کے امراض میں مفید ہیں۔ اسکے پتوں کو سرکے میں ابال کر اسکا پانی چہرے پر تھپتھپانے سے جلد کے مسامات سکڑ جاتے ہیں اور چہرہ دلکش لگنے لگتا ہے۔ (علی حسن)

جلد اور بالوں کو حسن دیجئے

جلد کی تازگی، نرمی اور ملائمت کے لئے اس کا گیلا رہنا یا رکھنا ضروری ہے۔ اس کی ایک عملی تدبیر تو یہ ہے کہ جسم میں پانی کی کمی نہ ہو۔ دھوپ میں نکلنے سے پہلے ایک دو گلاس پانی ضرور پی لیا جائے۔

شیزی آصف، لاہور

سامان حسن کیجئے

سب سے پہلا اصول یہ طے کر لیجئے کہ آپ ممکنہ حد تک دھوپ کی تمازت سے بچیں گے۔ صبح کی نرم دھوپ بلاشبہ مفید ہے بشرطیکہ دھوپ لینے کا یہ عمل 15-20 منٹ تک ہی محدود ہو۔ تیز دھوپ میں چلنے پھرنے سے ممکنہ حد تک بچنا چاہئے۔ دھوپ میں جسم تاپنے کا شوق بلکہ ضرورت ٹھنڈے ملکوں میں زیادہ ہوتی ہے۔ ہمارے ملک کی خواتین جب تک برقعے چادر کی پابند رہیں ان کے لئے دھوپ مسئلہ نہیں بنی۔ خود یورپی خواتین تیز دھوپ سے بچنے کے لئے دھوپ ٹوپی یا سولا ہیٹ استعمال کرتی ہیں۔ ہماری خواتین دوپٹے سے یہ کام لے سکتی ہیں بلکہ جو صحیح معنوں میں دوپٹہ اوڑھتی ہیں وہ اسے پیشانی پر ذرا آگے نکال کر چہرے، گردن وغیرہ کو دھوپ کے مضر اثرات سے محفوظ رکھتی ہیں۔ آنکھ کے اطراف کی حساس اور نازک جلد کی حفاظت کے لئے دھوپ کے چشموں کا استعمال بھی صحیح ہے۔ ہماری خواتین اس طرح کسی حد تک پردے کا اہتمام بھی کر سکتی ہیں۔ ان چشموں کے استعمال سے آنکھیں روشنی سے نہیں چندھیاتیں۔ اس طرح جھریوں کے بننے اور گہرے ہونے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔ جلد کی تازگی، نرمی اور ملائمت کے لئے اس کا گیلا رہنا یا رکھنا ضروری ہے۔ اس کی ایک عملی تدبیر تو یہ ہے کہ جسم میں پانی کی کمی نہ ہو۔ دھوپ میں نکلنے سے پہلے ایک دو گلاس پانی ضرور پی لیا جائے۔ اس کے علاوہ چہرے پر ایسی کریم لگائی جائے جو اسے گیلا رکھے۔ عرق گلاب میں تھوڑی گلیسرین ملا کر لگانا بھی ایک اچھی تدبیر ہے۔ چہرے کو بار بار صابن سے دھونا بھی نہیں چاہئے۔ صابن میں شامل سوڈا اسے خشک کر دیتا ہے۔ ایسے ابٹن بھی استعمال نہیں کرنے چاہئیں جو جلد کو سکیڑ دیں یا خشک کر دیں۔ جلد گیلی رکھنے والی کریم (MOISTURIZER) لگانے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ ہاتھ منہ دھونے کے بعد تولئے سے خشک کرنے کی بجائے گیلی حالت میں یہ کریم لگائی جائے اس طرح جلد کو نمی خوب مل جاتی ہے۔

بالوں کی حفاظت

چالیس سال کی عمر میں بال اپنی آب و تاب کھونے لگتے ہیں۔ اس کی بنیادی وجہ یہ ہوتی ہے کہ انہیں مناسب مقدار میں چکنائی نہیں ملتی، اس لئے یہ ضروری ہے کہ انگلیوں کے سروں کی حرکت سے ان کی جڑوں میں اچھی قسم کا روغن آملہ، ناریل، زیتون کا تیل نیم گرم، اچھی طرح جذب کیا جائے۔ بہتر ہے کہ یہ عمل سوتے وقت کیا جائے اور صبح بالوں کو اچھے صابن سے یا سر دھونے کے نباتاتی سفوف سے دھو لیا جائے۔ بال خشک کرنے کے بعد انہیں کنگھے یا برش سے اچھی طرح صاف کر کے جما لینا چاہئے۔ آملہ بغیر گٹھلی کا 250 گرام، سکاکائی 125 گرام، میتھی دانہ 125 گرام، ریٹھے کا چھلکا 125 گرام، ناگر موتھا 125 گرام، چائے کا چورا (ڈسٹ) 125 گرام۔ تمام اجزاء کو خوب باریک پیس کر اس میں چنے کا بیسن 250 گرام ملا لیں۔ سر دھونے سے آدھا گھنٹہ پہلے اس سفوف کو پانی میں بھگو دیں اور بالوں میں یہ لیپ اچھی طرح لگا کر تھوڑی دیر بعد دھو لیں۔ مقدار کا تعین بالوں کی کمی بیشی کے حساب سے کر لیں۔ املی کے زلال میں 2 چمچے گندم کا آٹا لئی کی طرح پکا کر بال دھونے سے بھی وہ اچھی طرح صاف ہو جاتے ہیں۔

جراحت حسن

حسن کی بحالی کے لئے نشتر کی مدد کاسمیٹک سرجری کہلاتی ہے۔ آج کل اس کا بڑا چرچا ہے، لیکن یہ کوئی بہت آسان کام نہیں ہے۔ بحالی حسن کی یہ تدبیر اس وقت اختیار کرنی چاہئے کہ جب آپ 40 سال کی عمر میں (بقیہ صفحہ 38)

حافظہ کمزور ہونا

یَا ذُوالْجَلَالِ وَالْاِکْرَام ہر نماز کے بعد سو مرتبہ پڑھنے سے عزت و عظمت میں اضافہ ہوتا ہے اگر کسی شخص کا حافظہ کمزور ہو اور وہ کند ذہن بھی ہو تو رات کو سوتے وقت تین عدد بادام گری پر تین مرتبہ یَا ذُوالْجَلَالِ وَالْاِکْرَام پڑھ کر دم کر لے ایک گری رات کو سوتے وقت ایک گری صبح نہار منہ اور ایک گری دوپہر کے کھانے سے پہلے کھا لے بچوں کے لئے یہ عمل والدین کر سکتے ہیں۔ علاج کی مدت اکیس (21) روز ہے۔ (مرسلہ: ارسلان خان کراچی)

بہار رفتہ کے موتی

جس نے مذاق کرنا چھوڑ دیا تو اسے تر و تازگی سے نوازا جائیگا۔ جس نے دنیا کی محبت ترک کر دی تو اسے آخرت کی محبت سے نوازا جائیگا۔

(انتخاب: محمد اکمل فاروق ریحان، سرگودھا)

1- حضرت عثمانؓ فرماتے ہیں کہ عارفین یعنی نیک لوگوں کی علامات میں سے ہے کہ ان کا دل خوف اور امید سے متصف رہتا ہے۔ ان کی زبان حمد و ثناء سے تر و تازہ رہتی ہے اور ان کی آنکھیں حیا اور رونے سے اشکبار رہتی ہیں اور ان کا مقصد اپنے مولا کی رضا کی طلب اور دنیا کا چھوڑنا ہوتا ہے۔

2- حضرت عمر فاروقؓ فرماتے ہیں کہ جس نے فضول باتیں ترک کر دیں تو اسے حکمت سے نوازا جائے گا۔ جس نے فضول دیکھنا ترک کیا تو اس کو دل کے خشوع سے نوازا جائے گا۔ جس نے فضول ہنسنا ترک کر دیا تو اسے ہیبت اور دبدبے سے نوازا جائیگا۔ جس نے مذاق کرنا چھوڑ دیا تو اسے تر و تازگی سے نوازا جائے گا۔ جس نے دنیا کی محبت ترک کر دی تو اسے آخرت کی محبت سے نوازا جائے گا۔ جس نے دوسروں کے عیوب ڈھونڈنے کی مشغولیت ترک کر دی تو اسے اپنے عیوب کی اصلاح کی نعمت سے نوازا جائیگا اور جس نے اللہ تعالیٰ کی کیفیت کی تجسس ترک کر دی تو اسے برات نفاق سے نوازا جائے گا۔

3- حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ عقل مند انسان کیلئے ضروری ہے کہ وہ سات چیزوں کو سات پر ترجیح دے۔ فقر کو مال داری پر، ذلت کو عزت پر، تواضع کو تکبر پر، بھوک کو سیر ہونے پر، غم کو خوشی پر، پستی کو اونچائی پر اور موت کو زندگی پر۔

4- حضرت عثمانؓ فرماتے ہیں کہ مومن کو چھ قسم کا خوف لگا رہتا ہے۔

(1) اللہ تعالیٰ کی جانب سے خوف رہتا ہے کہ کہیں اللہ تعالیٰ اس کا ایمان نہ سلب کر لے۔ (2) اعمال لکھنے والے فرشتوں کی طرف سے خوف کہ کہیں وہ اس کے خلاف کوئی ایسی بات نہ لکھ دیں جس سے یہ قیامت والے دن رسوا ہو جائے۔ (3) شیطان کی طرف سے خوف کہ وہ اس کا عمل باطل نہ کر دے۔ (4) ملک الموت کا خوف کہ وہ اچانک بے خبری میں اس کو اٹھا نہ لے یعنی موت دیدے۔ (5) دنیا کا خوف کہ کہیں وہ اس کے دھوکے میں آ کر آخرت سے غافل نہ رہے۔ (6) اہل و عیال کا خوف کہ انکی خبر گیری میں مشغولی اس کو ذکر اللہ سے غافل نہ کر دے۔

دوسو سال کے گناہ معاف:۔ جو شخص جمعہ کے دن دوسو مرتبہ کوئی بھی درود شریف پڑھے اسکے دوسو سال کے گناہ (صغیرہ) معاف کر دیئے جائینگے

کیا آپ بچوں کی تربیت سے مطمئن ہیں؟

(احمد رضا خان اعوان)

بچے کی زندگی سے زیادہ آپ کیلئے اور کوئی چیز اہمیت کی حامل نہیں۔ آپ ٹیلی وژن دیکھتے اور دوستوں کے ساتھ سیر وتفریح میں وقت گزارتے ہیں، مگر اپنے بچوں کے لئے آپ کے پاس کوئی وقت نہیں تو نتیجہ یہ ہوگا کہ وہ من مانے راستے پر چل نکلیں گے۔

اخبارات کی چیختی سرخیاں اس حقیقت کو آشکارا کرتی ہیں کہ ہمارے شہری اور دیہاتی علاقوں میں جرائم روز کا معمول بن گئے ہیں۔ زیادہ حیرت کی بات یہ ہے کہ اکثر یہ جرائم 8 سال سے 18 سال کی عمر تک کے نوجوان کرتے ہیں۔ یہ بے راہرو نوجوان دنگا فساد اور قتل وغارت پر اتر آتے ہیں اور تو اور کھاتے پیتے گھرانوں کے نوجوان بھی ڈکیتیوں اور گینگ ریپ جیسی قبیح وارداتوں میں ملوث ہورہے ہیں۔ سوال یہ ہے کہ ایسا کیوں ہورہا ہے؟ اس کی اصل وجہ یہ ہے کہ بہت سے والدین اپنے بچوں کی صحیح تربیت سے غفلت برت رہے ہیں۔ بچوں کو صحیح راہ کی طرف لے جانا اتنا آسان نہیں جبکہ ان کے اردگرد تمام اسباب انہیں برائی کی طرف مائل کرتے ہوں۔ اکثر ایسے بچے اپنی ان ماؤں کے ساتھ رہتے ہیں جو شاید بے ہنر اور بیروزگار ہیں اور ان کے والد انہیں چھوڑ دیتے ہیں۔

معاشرے میں گلیاں بڑی بے رحم استاد ہوتی ہیں۔ وہ بچوں کو ہوشیار، مشکوک اور باغی بناتی ہیں۔ گلیوں کے تربیت وتعلیم یافتہ نوجوان جھگڑے، چوری کرنے، جیب کاٹنے اور قتل کرنے میں مہارت اختیار کرتے ہیں۔ ان گلیوں کے پروفیسر کونوں میں کھڑے ہوکر نوجوانوں کو کامیاب زندگی کا جھانسہ دیتے ہیں۔ یہ وہ حالات وواقعات ہیں جن میں شہری اور دیہاتی بچے پرورش کی منازل طے کرتے ہیں۔ ان منفی کیفیات کے باوجود یہ امکان موجود ہے کہ بچے کو صحیح تربیت دیکر اچھا انسان بنایا جائے۔ ہزاروں والدین ان چیلنجوں کا مقابلہ بڑی کامیابی سے کررہے ہیں اور ان کے بچے اسی ماحول میں پرورش پانے کے باوجود ذمہ دار، باعزت اور کامیاب نوجوان ثابت ہوتے ہیں اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچے اچھے ہوں تو پہلے آپ خود اچھے بنیں۔ آپ کو خود بھی ایسے ہی بننا چاہئے جیسے اپنے بچوں کو بنانا چاہتے ہیں۔ بچے بہت بڑے نقال ہوتے ہیں۔ وہ ہماری ہر طرح کی عادت اپناتے ہیں اور امی ابو بن کر کھیلتے ہیں۔ جیسے جیسے وہ بڑے ہوتے جاتے ہیں، ان کا کردار حقیقت میں ڈھلتا چلا جاتا ہے۔ اگر آپ دھوکا دیتے اور جھوٹ بولتے ہیں تو اپنے بچے کو جھوٹ بولنے اور چوری میں شامل ہونے سے نہیں روک سکتے۔ اگر آپ غیر مہذب زبان استعمال کرتے ہیں تو پھر اپنے بچے کو دوسروں سے گندی زبان میں گفتگو کرنے پر آپ کو کوئی اعتراض نہیں ہونا چاہئے۔ اگر آپ خود باکردار نہیں تو پھر آپ کی بیٹی یا بیٹا جنسی بے راہ روی کا شکار ہو تو آپ اسے کیا کہہ سکتے ہیں۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچے غلط راہ پر نہ چلیں تو اپنے آپ کو ان کے سامنے بہتر طور پر پیش کرنا چاہئے۔ صرف باتیں کرنے کی بجائے انہیں عملی نمونہ دکھانا چاہئے۔

یہ بات ذہن میں رکھیں کہ آپ کے بچے کی زندگی سے زیادہ اور کوئی چیز اہمیت کی حامل نہیں۔ آپ ٹیلی وژن دیکھتے اور دوستوں کے ساتھ سیر وتفریح میں وقت گزارتے ہیں، مگر اپنے بچوں کے لئے آپ کے پاس کوئی وقت نہیں تو نتیجہ یہ ہوگا کہ وہ من مانے راستے پر چل نکلیں گے۔ بچے ہمارا مستقبل ہیں اور ہمیں ان کے بہتر مستقبل کے لئے اپنی ذمہ داریوں کو احسن طریقے سے نبھانا چاہئے۔ شاید آپ کو اس بات کا اندازہ نہیں کہ اللہ تعالیٰ نے بچوں کی تربیت میں آپ پر بڑی بھاری ذمہ داری ڈالی ہے۔ جان لیجئے کہ اللہ نے بچوں کو ان کی پرورش کے لئے بطور امانت آپ کے پاس بھیجا ہے۔ قدرت نے بچوں کو لامحدود صلاحیتوں سے نوازا ہے۔ آپ کے بچوں کی زندگی آپ کے ہاتھ میں ہے اور اللہ تعالیٰ نے آپ کو اس کا ذمے دار ٹھہرایا ہے، لہٰذا مصمم ارادہ سے اپنے بچوں کی زندگی بہتر بنانے کی جنگ میں کامیابی حاصل کریں۔ آپ کے گھر میں مثبت سرگرمیوں کے اثرات نہیں ہیں تو آپ کے بچے بھی ان سے متاثر ہوں گے۔ اپنے گھر میں ہمیشہ مثبت سرگرمیوں کو فروغ دیں اور اپنے بچوں کے لئے دن کا کچھ حصہ وقف کریں اور انہیں پوری اہمیت دیجئے۔ اس باہمی ملاقات کے دوران انہیں بے تکلفی اختیار کرنے کا موقع دیجئے۔ شاید آپ کو ایسا کرنے میں کچھ مشکلات کا سامنا کرنا پڑے۔ دادا، دادی اور دوسرے قریبی رشتہ داروں کو بھی بچوں کی پرورش میں اپنا مددگار بنائیے۔ ماں کو بچوں کی تربیت کے لئے باپ کے تعاون کی خاص طور پر ضرورت ہوتی ہے۔ نیز اجتماعی خاندان میں بچوں کی تربیت کامیابی سے کی جاسکتی ہے۔ آپ بچوں کو باور کراسکتے ہیں کہ اچھے اور برے دوست کی پہچان کیا ہے۔ کبھی آپ نے غور کیا کہ بچے کیوں دنگا فساد کرتے ہیں۔ اصل میں اس کی وجہ بڑوں کی عزت میں کمی ہے۔ بڑوں کی عزت بچوں پر لازم ہونی چاہئے۔ انہیں بڑوں کی عزت واحترام کا احساس دلایئے۔

بچوں کو عصری تعلیم کے ساتھ ساتھ دینی تعلیم دیجئے۔ انہیں اللہ تعالیٰ سے رشتہ قائم کرنے کے لئے عبادات کی طرف راغب کیجئے اور انہیں بتایئے کہ مسائل کے حل کے لئے اللہ تعالیٰ سے رجوع کریں۔ اس طرح انہیں جلد ہی احساس ہو جائے گا کہ اللہ ان کا دوست ہے جو سب سے زیادہ ان کے قریب ہے۔ لاتعداد برائیوں سے فقط اللہ کی طرف رجوع کرنے ہی سے بچا جاسکتا ہے۔ بچوں کو تصویر کا دوسرا رخ بھی دکھایئے کہ نافرمانی کے نتائج کیا ہوتے ہیں۔ اگر بچے اللہ تعالیٰ کے احکامات کے مطابق زندگی بسر کریں گے تو انہیں زندگی میں کامیابی اور کامرانی نصیب ہوگی۔ جو انہیں اپنے ہمجولیوں میں نمایاں مقام عطا کرے گی۔ بچوں کی زندگی بامقصد بنانے اور صلاحیتوں کو اجاگر کرنے کے لئے ان کی حوصلہ افزائی کیجئے کہ وہ اچھے شہری بنیں۔ اگر آپ ان باتوں پر عمل کریں گے تو آپ کے بچے معاشرے کے لئے روشنی کا مینار ثابت ہونگے۔ آج ہی سے اپنے بچوں کی صحیح تربیت شروع کردیجئے اور یاد رکھیے صرف آپ ہی اس آلودہ ماحول میں اپنے بچوں کی صحیح تربیت کرسکتے ہیں۔

دانتوں سے خون نکلنا:۔ کیکر کی تازہ چھال کچھ عرصہ مستقل دن میں چند بار چبانے سے مسوڑھوں سے خون نکلنا بند ہوجاتا ہے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے ایک طرف لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لکھیں۔ (ام اوراق)

بھائی خود کو مریض سمجھتا ہے

☆ میرے بھائی کی عمر اٹھارہ سال ہے۔ کالج میں پڑھتا ہے۔ اسکی وجہ سے ہم لوگ بہت پریشان رہتے ہیں۔ خاندان میں کسی کو بیمار دیکھ کر اسے محسوس ہوتا ہے جیسے خود اسے بھی بیماری ہے۔ پھر وہ ڈاکٹروں اور حکیموں کے پاس جاتا ہے۔ دوائیاں کھاتا ہے، ہم لوگ اسے ہسپتال کسی بھی مریض کو دیکھنے نہیں جانے دیتے۔ دو تین بار ایسا اتفاق ہوا ہے کہ ہسپتال جا کر وہ خود مریض بن جاتا ہے۔ کسی وٹامن کے بارے میں پڑھ لے تو فوراً خرید کر لے آتا ہے۔ گھر والوں کو اس کے بارے میں لیکچر دے کر قائل کرتا ہے کہ یہ وٹامن اس کیلئے کتنا ضروری ہے۔ اسکے نہ کھانے سے وہ بیمار ہو سکتا ہے اسکے دوست بھی بہت کم ہیں۔ اپنی زندگی کے بارے میں اسے بڑی تشویش رہتی ہے۔ غذا میں کوئی چیز کم نہ رہ جائے اور اس کی صحت خراب نہ ہونے پائے اور اسی چکر میں رہتا ہے۔ طرح طرح کی دواؤں اور کتابوں سے اسکی میز بھری رہتی ہے۔ سب لوگ اسے سمجھا چکے ہیں، مگر اس پر کوئی اثر نہیں ہوتا۔ آپ بتائیے، کیا کریں۔ (رقیہ خاتون...... سرگودھا)

جواب: آپکے بھائی جس عمر سے گزر رہے ہیں اس عمر میں اکثر لڑکوں کو یہ خبط ہو جاتا ہے کہ وہ کس طرح صحت مند رہیں اور کیا چیز کھائیں جس سے وہ بے پناہ طاقت کے مالک بنیں۔ آپ کسی اچھے ڈاکٹر سے ان کا معائنہ کرائیے۔ ڈاکٹر سے کہیں کہ ان کے لئے متوازن خوراک تجویز کر دیں تاکہ یہ وٹامن کے چکر میں نہ پڑے۔ چیک اپ کرانے سے پہلے ڈاکٹر سے آپ خود بات کیجئے۔ ڈاکٹر ان کو خود ہی پیار سے سمجھا دیگا۔

مذہب سے دوری بھی نفسیاتی مسائل پیدا کرتی ہے۔ بھائی سے کہیں کہ نماز کی پابندی کریں اور خصوصاً صبح کی نماز پابندی سے پڑھے اور پھر آدھ گھنٹے کیلئے گھر سے قریبی پارک میں جا کر چہل قدمی کرے۔ صبح کی سیر اسے تمام دن چاق و چوبند رکھے گی۔ انکو بتائیے کہ سورج جب نکلتا ہے تو اس کی شعاعیں اثر انگیز ہوتی ہیں۔ نکلتے سورج کے سامنے کھڑے ہو کر گہرے سانس لینے سے جسم کی کثافت دور ہو جاتی ہے۔ یوگا اور سانس کی بہت سی مشقیں ہیں جن سے لوگ فائدہ اٹھاتے ہیں۔ آپکے بھائی کیلئے صبح کی سیر ضروری ہے۔ تازہ ہوا اور نکلتے سورج کی کرنیں صحت کیلئے حیاتین سے زیادہ مفید ہیں۔ صبح کی نماز پڑھنے سے ان کو دل کا سکون حاصل ہوگا اور وہم دور ہوگا۔ ان کو اسلامی کتابیں پڑھنے کے لئے دیجئے تاکہ ان کو پتہ چلے کہ موت اور زندگی اللہ کے اختیار میں ہے۔ جس طرح وہ مریضوں کو دیکھ کر خود مریض بن جاتے ہیں، نیک اور صحت مند لوگوں کو دیکھ کر ان جیسا بننے کی کوشش کریں گے۔ خانہ بدوشوں کے خیموں، جھونپڑیوں میں بھی صحت مند بچے کھیلتے نظر آتے ہیں۔ وہ لوگ تو وٹامن استعمال نہیں کرتے مگر ان کے چہروں سے صحت کی چمک پھوٹی پڑتی ہے۔

اپنے بھائی سے کہیں کہ صبح کی سیر کے بعد بادام والا دودھ پی لیا کریں۔ رات کو سات عدد بادام، نصف چائے والا چمچ سونف اور دو چھوٹی الائچیاں آدھی پیالی پانی میں بھگو دیں۔ صبح باداموں کا چھلکا اتار کر یہ سب چیزیں پیس لیں۔ ایک گلاس دودھ میں چینی اور یہ چیزیں ملا کر پی لیں۔ انہیں کسی وٹامن کی ضرورت نہیں پڑے گی۔ صحت اچھی رہے گی اور حافظہ بھی تیز ہوگا۔

اندھیرے میں سو نہیں سکتی

☆ میں ایم اے میں پڑھ رہی تھی۔ اچھا رشتہ آیا اور میری شادی ہوگئی۔ شادی سے پہلے میں رات دیر تک پڑھا کرتی تھی۔ بعض دفعہ پڑھتے پڑھتے سو جاتی تو والدہ آکر بتی بند کر دیتیں۔ شادی کے بعد میں نے محسوس کیا کہ روشنی کے بغیر میں سو نہیں سکتی۔ اندھیرے سے میں ڈرتی نہیں مگر اندھیرے میں سو نہیں سکتی۔ نائٹ بلب لے کر آئی ہوں، لیمپ بھی ہے مگر عام لوگوں کی طرح میرے شوہر اندھیرے میں سونے کے عادی ہیں۔ وہ مجھے نائٹ بلب جلانے نہیں دیتے۔ رات کو میری نیند پوری نہیں ہوتی اور لامحالہ صبح میں تھکی ہوئی اٹھتی ہوں۔ موقع مل جائے تو دن میں ایک آدھ گھنٹے کے لئے سو جاتی ہوں ورنہ تمام دن ایسے ہی گزر جاتا ہے۔ تین چار دن بعد میکے جاتی ہوں تو ایسا لگتا ہے یہاں صرف سونے کیلئے آئی ہوں۔

میرے سسرال والے، میرے شوہر سب میرا مذاق اڑاتے ہیں مجھے اندھیرے میں نیند نہیں آتی۔ اس میں بھلا میرا کیا قصور! شادی کے یہ تین مہینے میرے لئے بڑے بور گزرے ہیں مجھے ڈر لگتا ہے کہ اس بات پر میرا جھگڑا نہ ہو جائے۔ آپ خود سوچیں جب نیند پوری نہیں ہوگی تو میں تمام دن کیسے اچھے موڈ میں کام کروں گی؟ (فرحانہ شاہ...... کوئٹہ)

جواب: شادی سے پہلے ماں باپ کے گھر لڑکیاں آزادی سے من مانی کر کے زندگی گزارتی ہیں، مگر سب سے بڑا مسئلہ شادی کے بعد ہوتا ہے۔ ساری عادتیں ترک کرنی پڑتی ہیں۔ ازدواجی زندگی کا آغاز کرنے کے لئے قربانی دینی پڑتی ہے۔ آپ نے اپنے لئے خود ہی مسئلہ بنا لیا ہے۔ نیند کا کیا ہے وہ تو سولی پر بھی آجاتی ہے۔ پرسکون اور میٹھی نیند عموماً اندھیرے میں آتی ہے۔ اس لئے لوگ نائٹ بلب کے عادی نہیں ہوتے۔ نیند کا تعلق روشنی اور اندھیرے سے نہیں بلکہ ذہن سے ہوتا ہے۔ ذہن پرسکون ہو تو نیند فوراً آجاتی ہے۔ اصل میں آپ دیر تک رات کو پڑھتی رہتی تھیں۔ اس وجہ سے آپ روشنی ہی میں تھک کر سو جاتی تھیں۔ اب خود کو سمجھائیں، رات کو نماز پڑھ کر چند آیات ضرور پڑھا کیجئے۔ ایک پیالی گرم دودھ میں ایک چمچ شہد ڈال کر پیا کیجئے۔ آپ کو اندھیرے میں دو چار دن سونے میں ذرا دقت ہو گی، پھر اطمینان سے گہری نیند سونے لگیں گی۔ اپنے اطمینان کے لئے آپ بیڈ لیمپ میں زیرو کا بلب لگا لیجئے اگر آنکھ کھلے تو تھوڑی دیر کے لئے لیمپ جلا لیں، پھر بند کر دیں۔ معمولی سی کوشش سے آپ اپنی عادت پر قابو پا سکتی ہیں۔

دانتوں کے لئے

☆ بانس کے پتے حسب ضرورت لیکر سایہ میں خشک کر کے جلا لیں اور راکھ کسی ڈبیہ میں محفوظ کر لیں دانتوں کے لئے بہترین منجن تیار ہے۔

☆ بانس کے پتے ایک تولہ لیکر ڈیڑھ لٹر پانی میں ابال لیں یہاں تک کہ پانی پک کر آدھا رہ جائے نیم گرم ہونے پر پانی کو چھان کر اس پانی سے کلیاں کریں۔ دانت کے درد میں افاقہ ہوگا دن میں دو مرتبہ ایسا کریں۔

(انتخاب: عبدالغفار، میانوالی)

گناہوں کا کفارہ: بڑے گناہوں کے کفارہ کے لئے توبہ کے بعد مصیبت زدہ کی فریاد رسی اور مبتلا رنج کی تکلیف دور کرنا افضل ہے۔

شوگر کا بہترین کنٹرول

(اُم احمد)

ذیابیطس میں مبتلا افراد کے خون میں مقدار شکر کے گھٹتے بڑھتے رہنے کے سبب روزمرہ کے معمولات میں تبدیلی نیز غذا اور دوا میں توازن برقرار رکھنے کیلئے دوا کی خوراک میں تبدیلی و دیگر معاملات میں ترتیب و تنسیخ ناگزیر ہوتی ہے۔

ذیابیطس کیا ہے: ذیابیطس کے متعلق زیادہ سے زیادہ علم و آگہی انتہائی ضروری اور لازمی ہے۔ ذیابیطس کے متعلق مریض اور اس خاندان کے افراد کی معلومات پر دنیا بھر میں توجہ دی جا رہی ہے۔ وقت کے ساتھ ساتھ اس کی اہمیت کو پوری دنیا میں زیادہ بہتر طور پر تسلیم کیا جا رہا ہے اور اسے ایک بنیادی ستون کی حیثیت بھی حاصل ہو گئی ہے تاہم یہ بات افسوس کے ساتھ کہنی پڑتی ہے کہ اگرچہ یہ نظریہ 1875ء میں فرانسیسی ڈاکٹر بوکارڈ نے شروع کیا تھا پھر 1919ء میں E.P Jhonson نے اس کو باضابطہ طور پر رواج بھی دیا تھا تاہم ایک صدی سے زیادہ عرصہ گزرنے کے باوجود یہ ابھی بھی اپنے ابتدائی مرحلوں میں ہی ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ اس پر زور و شور سے ترجیحی بنیادوں پر کام کیا جائے تاکہ دنیا بھر میں تیزی سے پھیلتے ہوئے اس مرض اور اس کی پیچیدگیوں سے پیدا ہونے والے خطرناک اور مہلک امراض پر قابو پایا جا سکے۔

ذیابیطس ہے کیا اور کیوں ہوتی ہے؟ انسانی جسم میں لبلبہ کے اندر بیٹا خلیے (B.cells) قدرتی طور پر انسولین پیدا کرتے ہیں جو خون کے ذرات میں شامل ہو کر خون میں موجود گلوکوز کو جسم میں انجذاب کی صلاحیت عطا کرتی ہے جس سے جسم کو توانائی حاصل ہوتی ہے جب کسی وجہ سے یہ بیٹا سیلز اپنا کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں تو خون میں موجود گلوکوز انسولین کی کمی کی وجہ سے جسم میں جذب نہیں ہو پاتا اور پیشاب کے ذریعے باہر آ جاتا ہے۔ جسم کو توانائی اور غذا حاصل نہیں ہو پاتی اور وہ لاغر کمزور ہو جاتا ہے۔

اسی لیے جب ایک بار کسی کو یہ مرض لاحق ہو جاتا ہے تو اس کی زندگی کی آخری سانسوں تک برقرار رہتا ہے۔ ہاں مناسب ادویات، پرہیز، احتیاط اور ورزش کے ذریعے جسم میں مقدار شکر کی سطح اور مریض کی عمومی صحت کو برقرار رکھا جا سکتا ہے نیز ذیابیطس سے متعلقہ امراض مثلاً خرابی گردہ، بلند فشار خون، انفیکشن، اعصابی بیماریاں، امراض شریان قلب و حملہ قلب دوران خون کی خرابیاں، اعصابی بیماریاں اور امراض چشم (Retinopathy) وغیرہ سے جو تمام کے تمام مہلک اور خوفناک امراض کے زمرہ میں آتے ہیں، بچا جا سکتا ہے۔ یہی وہ امور ہیں جہاں ذیابیطس سے متعلق زیادہ سے زیادہ علم و آگہی اور معلومات مریض اور اس کے متعلقہ افراد کیلئے انتہائی مفید اور کارآمد رہتی ہیں تاکہ ذیابیطس میں مبتلا فرد ایک نارمل اور خوشگوار زندگی گزار سکے۔ ذیابیطس سے متعلق معلومات کی اہمیت کو مندرجہ ذیل نکات کی صورت میں اجاگر کیا جا سکتا ہے۔

مریض کی عمومی صحت پر خوشگوار اثرات: ذیابیطس میں مبتلا افراد کے خون میں مقدار شکر کے گھٹتے بڑھتے رہنے کے سبب روزمرہ کے معمولات میں تبدیلی نیز غذا اور دوا میں توازن برقرار رکھنے کیلئے دوا کی خوراک میں تبدیلی و دیگر معاملات میں ترتیب و تنسیخ ناگزیر ہوتی ہے۔ اس حقیقت سے آنکھیں بند کر لینے کے سبب کنٹرول کافی خراب ہو جاتا ہے۔ ذیابیطس کی تشخیص کے بعد مریض کو صدمہ، نفسیاتی الجھنیں، افسردگی، ڈپریشن اپنی ذات اور صلاحیتوں پر عدم اعتماد وغیرہ جیسی مزید خرابی کا باعث بنتے ہیں۔ ذیابیطس کے بارے میں علم و آگہی مریض کو ان کیفیات پر قابو پانے میں مدد دیتی ہے۔ علاج معالجہ غذا اور دوا کی خوراک کے ردوبدل میں اعانت کرتی ہے۔ مریض اپنا خود نگہداشتی عمل بہتر طور پر انجام دے سکتا ہے اس طرح وہ اپنی شوگر کا کنٹرول بہتر بنا کر اپنی عمومی صحت پر مثبت اثرات مرتب کر پاتا ہے۔

شوگر کا بہتر کنٹرول: یہ حقیقت روز روشن کی طرح عیاں اور ثابت شدہ ہے کہ جن ذیابیطس میں مبتلا افراد نے اپنے مرض کے متعلق زیادہ سے زیادہ معلومات حاصل کیں اور ان پر عمل بھی کیا تو انہوں نے تھوڑے ہی دنوں میں شوگر کا کنٹرول بہتر بنا لیا اور مدت العمر خوشگوار زندگی گزاری۔ ذیابیطس میں مبتلا افراد میں شوگر کا بہترین کنٹرول اس حقیقت کے مدنظر رکھا جاتا ہے تاکہ اچھے کنٹرول کے باعث مریض اس بیماری سے ہونے والی پیچیدگیوں کے خطرات سے محفوظ رہے کیونکہ یہ پیچیدگیاں مختلف امراض کی شکل میں نہ صرف انتہائی تکلیف دہ بلکہ بعض اوقات انتہائی مہلک اور جان لیوا بھی ہوتی ہیں۔ کبھی مریض مکمل نابینا پن کا شکار ہو کر اپنا ایک پیر یا بازو ضائع کر کے معذورانہ زندگی گزارنے پر مجبور ہو جاتا ہے اور کبھی حملہ قلب یا امراض گردہ کے باعث موت کا شکار بھی۔ اسی لیے تمام ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ اس مرض کے بارے میں آگہی مریض اور اس کی دیکھ بھال کرنے والوں کیلئے انتہائی ضروری ہے تاکہ وہ تمام عوامل و عواقب سے باخبر ہوتے ہوئے اس مرض کے علاج معالجہ، غذا، پرہیز اور ورزشوں کے پروگرام کے ذریعے خون میں شکر کا کنٹرول بہتر رکھ سکیں۔

مریض کا خود نگہداشتی عمل: اپنی بیماری کے بارے میں مریض کا زیادہ سے زیادہ علم و آگہی، خود سے دوا کی خوراک، غذا میں تال میل پیدا کرنے کی صلاحیت تاکہ خون میں شکر کی مقدار بہترین سطح پر قائم رہے۔ مقررہ اوقات پر دوا یا انسولین انجکشن خود لینے کی اہلیت خون میں مقدار شکر کو خود جانچنے اور مانیٹر کرنے کی استعداد وغیرہ ذیابیطس کی تعلیمات کا وہ حصہ ہیں جس کی وجہ سے مریض ہمہ وقت بیرونی امداد و سہاروں کا محتاج نہیں رہتا۔ اس کے نہ صرف عمومی صحت پر اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں بلکہ نفسیاتی کیفیت کے بہترین ہونے کے باعث مریض نارمل اور خوشگوار زندگی گزارتا ہے۔ وہ اپنی زندگی میں کوئی خاص کمی محسوس نہیں کرتا۔ شکر کے بہتر کنٹرول کے باعث امکانی حد تک اس مرض کی پیچیدگیوں سے بھی بچا رہتا ہے۔

پڑھیں اور ڈھیروں ثواب پائیں

آپ نے کوئی روحانی یا جسمانی نسخہ، ٹوٹکہ آزمایا ہو اور آپ کے مشاہدے میں اس کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی سے کوئی حیرت انگیز یا پراسرار واقعہ سنا ہو یا خود آپ کے ساتھ بیتا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں۔ اپنے معمولی سے معمولی تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے۔ ممکن ہے یہ کسی دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہو اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ بن جائے۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں، صفحے کے ایک طرف اور صاف صاف لکھیں۔ نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔ نیز آپ کے پاس کتب، رسالے، میگزین وغیرہ ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں اور مخلوق ان سے فائدہ حاصل کرے تو یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں۔ ورنہ اطلاع کریں، منگوانے کا انتظام ہم خود کر لیں گے۔

نوٹ: درسی اور سلیبس کی کتب ارسال نہ فرمائیں۔ (ادارہ)

سلطان اولیاء کے مجرب اور پرتاثیر وظائف

ایک شخص نے حضرت غیاث الدین شاہ دہلویؒ سے عرض کیا میرے گھر میں سانپ نکلتے رہتے ہیں جن کی وجہ سے مجھے بہت ڈر لگتا ہے۔ آپؒ نے فرمایا سوتے وقت سَلٰمٌ عَلٰٓی اِلْ یَاسِیْنَ (الصٰفٰت:130) پڑھ لیا کرو اس نے ایسا ہی کیا۔ صبح کو چارپائی کے نیچے سے مرا ہوا سانپ نکلا۔

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

بیماری کا علاج

یہ آیات لکھ کر اور دھو کر مریض کو پلائیں: بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ وَیَشْفِ صُدُوْرَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِیْنَ وَیُذْہِبْ غَیْظَ قُلُوْبِہِمْ (سورۃ التوبہ:14,15) ان شاء اللہ ہر بیماری دور ہوگی۔

چور کو پکڑنا

ایک لوہے کی اتنی بڑی موٹی میخ لیں، جس کے چار رخ ہوں۔ ایک رخ پر کٓھٰیٰعٓصٓ اور دوسرے پر یٰسٓ وَالْقُرْاٰنِ الْحَکِیْمِ تیسرے پر صٓ وَالْقُرْاٰنِ اور چوتھے پر قٓ وَالْقُرْاٰنِ الْمَجِیْدِ لکھ دیں اور جن لوگوں پر شبہ ہو ان کو زمین پر بٹھا دیں اور یہ کیل ان کے درمیان میں زمین پر رکھ کر چوٹ لگائیں اور ہر چوٹ پر سورہ ملک ایک مرتبہ پڑھیں جب 8 مرتبہ تلاوت پوری ہو جائے تو لوگوں سے کھڑے ہو جانے کو کہیں۔ جو شخص چور ہوگا وہ زمین سے نہ اٹھ سکے گا۔

ادائیگی قرض کا مجرب نسخہ

اگر کوئی شخص قرض کی ادائیگی سے قاصر ہو تو جمعہ کے دن 70 مرتبہ اور باقی دنوں میں ہر فرض نماز کے بعد 7 مرتبہ پڑھیں۔

اَللّٰھُمَّ اکْفِنِیْ بِحَلَالِکَ عَنْ حَرَامِکَ وَاَغْنِنِیْ بِفَضْلِکَ عَمَّنْ سِوَاکَ

نافرمان اولاد

اگر کسی کا نافرمان لڑکا ہو تو صبح کے وقت لڑکے کی پیشانی پر ہاتھ رکھ کر اپنا منہ آسمان کی انتہا کر 21 مرتبہ اَلْمُقِیْتُ پڑھے۔ لڑکا نیک بخت اور فرمانبردار بن جائیگا۔

ظالم کے ظلم سے بچاؤ کیلئے

ہر نماز کے بعد 50 مرتبہ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھ کر تصور میں اس ظالم شخص پر پھونکیں۔ ان شاء اللہ بہت جلد اس کے ظلم سے نجات ملے گی۔

دفعیہ آسیب

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ طٰہٰ طٰسٓ طٰسٓمٓ کٓھٰیٰعٓصٓ یٰسٓ وَالْقُرْاٰنِ الْحَکِیْمِ حٰمٓعٓسٓقٓ نٓ وَالْقَلَمِ وَمَا یَسْطُرُوْنَ لکھ کر گلے میں ڈالیں۔ آسیب بھاگ جائے گا۔ ایضاً: سورت صافات کی شروع کی آیتیں ثاقب (1 تا 10) تک پڑھ کر دم کریں۔

دردِ سر

جس کے سر میں درد ہو اس جگہ کو پکڑ کر 7 بار یہ دعا پڑھ کر دم کریں۔ "وَبِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰہُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ یَا بُدُّوْحُ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْعَظِیْمُ بِرَحْمَتِکَ یَآ اَرْحَمَ الرّٰحِمِیْنَ" سر کا درد ختم ہو جائیگا۔

باری کا بخار

بیری کی لکڑی پر یٰنَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّسَلٰمًا (سورۃ الانبیاء:69) لکھ کر جس دن بخار نہ چڑھے نیلے سوت میں باندھ کر گلے میں ڈالیں ان شاء اللہ دوسرے دن بخار نہ چڑھے گا۔

مرگی کے دورے

اگر کسی شخص کو دن میں بار بار مرگی کے دورے پڑتے ہوں تو یہ اسماء لکھ کر دائیں بازو پر باندھیں: طیوس مربوس تیلوس بارالساک حاشش۔ بائیں بازو پر باندھیں "اَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنْ شَرِّ اُمِّ الشَّیْطٰنِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ" اور یہ لکھ کر گلے میں ڈالیں: "یَا حَنَّانُ یَا مَنَّانُ وَصَلَّی اللّٰہُ عَلٰی خَیْرِ خَلْقِہٖ مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ اَجْمَعِیْنَ"

دفعیہ سانپ

ایک شخص نے حضرت غیاث الدین شاہ دہلویؒ سے عرض کیا میرے گھر میں سانپ نکلتے رہتے ہیں جن کی وجہ سے مجھے بہت ڈر لگتا ہے۔ آپؒ نے فرمایا سوتے وقت سَلٰمٌ عَلٰٓی اِلْ یَاسِیْنَ (الصٰفٰت 130) پڑھ لیا کرو اس نے ایسا ہی کیا۔ صبح کو چارپائی کے نیچے سے مرا ہوا سانپ نکلا۔

بچھو کی جھاڑ

جس جگہ بچھو نے کاٹ لیا ہو یہ ورد کئی مرتبہ پڑھ کر دم کریں: "بِسْمِ اللّٰہِ شَجَّۃٌ قَرْنِیَّۃٌ مِلْحَۃُ بَحْرٍ قَفْقَطَا"

دردِ زہ

اگر بچہ پیدا ہوتے وقت سخت تکلیف ہو اور بچہ پیدا نہ ہوتا ہو تو یہ آیات کاغذ پر لکھ کر پاک کپڑے میں لپیٹ کر عورت کی بائیں ران پر باندھیں۔ "وَاَلْقَتْ مَا فِیْہَا وَتَخَلَّتْ وَاَذِنَتْ لِرَبِّہَا وَحُقَّتْ (الانشقاق:1تا5) اٰھْیًا اَشْرَاھْیًا" اور اولاد سے فراغت کے فوری بعد اتار لیں ورنہ خون نہ رکے گا۔

عمر درازی فرزند

جس عورت کا بچہ زندہ نہ رہتا ہو وہ اجوائن اور کالی مرچ پر پیر کے دن دوپہر کے وقت 40 مرتبہ سورہ والشمس مع اول و آخر درود شریف پڑھ کر ہر بار دم کریں۔ حمل کے دن سے دودھ چھڑوانے تک ایک ایک دو دو دانے روز کھاتی رہے۔

دودھ کی زیادتی کیلئے

جس عورت کے دودھ کم ہو اور بچہ کا پیٹ نہ بھرتا ہو۔ یہ کلمات کاغذ پر لکھ کر عورت کے گلے میں ڈالیں اور پانی میں گھول کر سات روز تک پلائیں۔ "بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ وَذَلَّلْنٰھَا لَھُمْ فَمِنْھَا رَکُوْبُھُمْ وَمِنْھَا یَاْکُلُوْنَ ○ وَلَھُمْ فِیْھَا مَنَافِعُ وَمَشَارِبُ" (یٰسین 72,73)

باؤلے کتے کے کاٹے کیلئے

کمہار کے ہاں سے وہ مٹی کہ جس کے برتن بناتے ہیں، لیکر اس مٹی کو چک، (جس پر برتن بناتے ہیں) اس پر رکھ کر سات چکر دائیں طرف اور سات چکر بائیں طرف دیکر پہلے گیارہ دفعہ درود شریف اور پھر گیارہ بار سورۃ الفیل پڑھ کر مٹی پر دم کرے اور اس مٹی کو ایسے شخص کے تمام جسم پر پھیرے، جس کو کتے نے کاٹا ہو اس کے بعد دیکھے کہ اس میں سے کوئی بال نکلا ہے یا نہیں۔ اگر بال نکلے ہوں تو ان کو نکال کر پھینک دے اور پھر مٹی کو دم کرکے دوبارہ مریض کے بدن پر ملے اور پھر بال دیکھے حتیٰ کہ اس وقت تک جب تک کہ مٹی سے بال نکلنے بند نہ ہوں، کرتا جائے۔ جونہی بال نکلنے بند ہونگے مریض کو آرام آ جائیگا۔

مجھے مت پڑھیں

آپ کی نظر سے بندہ کی کتب اور رسالہ گزرا۔ کوشش کی جاتی ہے کہ کسی بھی قسم کی غلطی سے بچا جائے۔ بحیثیت انسان غلطی کا احتمال ہے۔ آپ کی نظر سے کوئی غلطی گزرے تو اطلاع دیں ہم اس کی اصلاح کریں گے۔

نوٹ: حکیم صاحب سے بات کرنے کیلئے روزانہ 10-11 بجے تک فون نمبر 042-7530911 پر رابطہ کریں۔ مصروفیات کے پیش نظر فون کے رابطہ میں ناغہ بھی ممکن ہے جس کیلئے پیشگی معذرت ہے۔

تازہ پھلوں سے تندرستی کا حصول

تازہ پھل کھایئے، آپ کا جسم بھی تازہ دم رہے گا اور قدرت بھی آپ سے خوش اور آپ پر مہربان رہے گی۔ کیوں کہ وہ اسی انداز میں اپنی نعمتوں سے لطف اندوز ہونے، ان کی قدر کرنے اور شکر گزار بننے کی توقع رکھتی ہے۔ (انتخاب:۔علی احمد، انڈیا)

ایک فضائی سفر کے دوران کھانے کیساتھ تازہ سیب کے علاوہ بہی کے مربے کے مہکتے ہوئے ٹکڑے بھی رکھے تھے۔ خوشبو کے علاوہ ان کی رنگت بھی دل فریب تھی۔ ساتھی مسافروں کی اکثریت تازہ سیب کی جگہ بہی کا یہ مربہ بڑے شوق سے کھا رہی تھی، بلکہ کئی چہروں سے لگ رہا تھا کہ اور مل جاتا تو یہ مربہ وہ جی بھر کے کھاتے۔ بات اس حد تک درست ہے کہ مربے کی شکل میں پیش کیے جانے والے پھل رنگ، خوشبو، ذائقے اور صفائی ستھرائی کے اعتبار سے واقعی تازہ بہی یا سیب وغیرہ کے مقابلے میں بہت عمدہ، بہت شیریں، بیجوں سے پاک اور چبانے کے اعتبار سے بہت اچھے ہوتے ہیں۔ تازہ بہی، سیب وغیرہ کا کاٹنا، بیجوں کا الگ کرنا خود ایک کام ہے۔ اس کے علاوہ تازہ پھل مربے کی طرح اتنے میٹھے شیریں بھی تو نہیں ہوتے۔

جی تو میرا بھی چاہا کہ مربے کے ٹکڑے منہ میں گھول کر معدے میں پہنچا دوں لیکن پھر خیال آیا کہ کیا یہ مربہ سیب یا بہی تازہ اور غذائیت سے بھرپور ہے؟ یہ درست ہے کہ تازہ پھل میں نہ مربے کے ٹکڑوں کی سی شیرینی ہوتی ہے اور نہ اضافی خوشبو۔ اس کے باوجود عقل اور علم گواہی دیتے ہیں کہ پھل تازہ ہی بہترین ہوتے ہیں۔ ایک پھل ہی کیا ہر تازہ شے غذائیت سے بھرپور ہوتی ہے۔ سائنسی تحقیق گواہی دیتی ہے کہ تازہ پھل اور سبزیاں نعمت خداوندی ہوتے ہیں جو جسم کے خلیات کو بھی توانائی اور زندگی دیتے ہیں۔ جب کہ مربے کی شکل میں ڈبا بند پھل مردہ ہوتے ہیں جو مہینوں ڈبے میں بند پڑے رہتے ہیں۔ ڈبوں میں بند کرنے سے پہلے ان کا چھلکا دور کر دیا جاتا ہے، گویا اس طرح بہت سے پھل ریشے جیسی اہم صحت بخش شے سے محروم کر دیئے جاتے ہیں۔ پھر انہیں خوب پکایا جاتا ہے تاکہ ان میں کسی قسم کے جراثیم باقی نہ رہیں اور دوبارہ پیدا بھی نہ ہوں۔ اس طرح انہیں تیار کرنے والے خود کو مالی نقصان سے ممکنہ حد تک محفوظ کرنے کے جتن کرتے ہیں۔ اس لحاظ سے یہ انہیں مالی فائدہ پہنچاتے ہیں، لیکن کھانے والوں کو ان میں موجود اہم غذائی اجزاء سے محروم رکھتے ہیں۔ کھانے والوں کے حصے میں صحت آتی ہے نہ توانائی، نہ اس کے جسم کی قوت مدافعت ہی مستحکم ہوتی ہے، ہاں زبان کے ذائقے کی کلیاں اور کام و دہن ضرور وقتی طور پر مطمئن اور سرشار ہوتے ہیں۔

اس کے علاوہ مربے کی تیاری کا عمل بھی خاصا طویل اور پیچیدہ ہوتا ہے۔ اس میں کئی قسم کے کیمیکل شامل کئے جاتے ہیں مثلاً رنگت نکھارنے کے لئے رنگ کاٹنے والا کیمیکل ڈالا جاتا ہے۔ اس طرح یہ تازہ پھل کے مقابلے میں آنکھ کو بڑے بھلے لگتے ہیں۔ ضروری ہو تو رنگ نکھارنے کے لئے رنگ کی آمیزش بھی کی جاتی ہے۔ انہیں محفوظ اور ٹوٹنے گھلنے سے محفوظ رکھنے کے لئے بھی خاص قسم کے کیمیائی اجزا شامل کئے جاتے ہیں۔ بعض میں مصنوعی مٹھاس اور خوشبو بھی شامل کی جاتی ہے۔ ان کے علاوہ بھی کئی اضافے کئے جاتے ہیں جو ظاہری اعتبار سے مربے کو دل فریب اور عمدہ بنا دیتے ہیں۔ مگر سچ پوچھئے تو پھل کے یہ ٹکڑے بالکل بے جان ہوتے ہیں۔ ان میں موجود اضافی شکر ان کی اصلی اور قدرتی شکر کے مقابلے میں آپ کو ذیابیطس کے جال میں پھانسنے کے لئے تیار کرتی رہتی ہے۔ وقتی طاقت تو مل جاتی ہے، لیکن لبلبے کی کارکردگی اور اس میں موجود انسولین تیار کرنے والے مخصوص خلیات کو کمزور بلکہ دھیرے دھیرے تباہ کرنے کا سامان زیادہ ہونے لگتا ہے۔ قدرت نے آپ کو تازہ پھلوں جیسی نعمت سے نوازا ہے اور ان کی جنت میں فراہمی کا وعدہ بھی کیا ہے۔ اس نعمت سے خود کو محروم نہ رکھئے۔ جنت میں ان کے مربے فراہم نہیں ہونگے، اس لئے خود کو اس دنیا میں تازہ پھلوں کی نعمت، ان کی صحت بخش صلاحیتوں، توانائی بخش خاصیتوں سے محروم نہ کیجئے۔ تازہ پھل کھایئے، آپ کا جسم بھی تازہ دم رہے گا اور قدرت بھی آپ سے خوش اور آپ پر مہربان رہے گی، کیوں کہ وہ اسی انداز میں اپنی نعمتوں سے لطف اندوز ہونے، ان کی قدر کرنے اور شکر گزار بننے کی توقع رکھتی ہے۔

چھوٹی بات بڑا ثواب

کیا ہمارے پاس اتنا وقت بھی نہیں کہ ہم چند لمحوں میں نیکیوں کے پہاڑ جمع کرلیں۔ یقیناً ایسا ممکن ہے۔ (خورشید اختر، لاہور)

(1) نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ جب سورۃ الفاتحہ، آیت الکرسی، شَهِدَ اللّٰهُ (سورۃ آل عمران کی آیت نمبر 18-19) اور قُلِ اللّٰهُمَّ مَالِكَ الْمُلْكِ (سورۃ آل عمران کی آیت نمبر 26-27) نازل ہوئیں تو انہوں نے عرش الٰہی سے معلق ہو کر فریاد کی کہ الٰہی کیا آپ ہم کو ایسی قوم پر نازل فرما رہے ہیں جو گناہوں کا ارتکاب کرے گی۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا کہ قسم ہے مجھے اپنی عزت و جلال اور ارتفاع کی کہ جو لوگ ہر نماز فرض کے بعد تمہاری تلاوت کریں گے، ہم ان کی مغفرت فرمائیں گے اور جنت الفردوس میں جگہ دیں گے اور ہر روز ستر مرتبہ نظر رحمت سے دیکھیں گے اور اس کی ستر حاجتیں پوری کریں گے جس کا ادنیٰ درجہ مغفرت ہے۔ (عن ابو ایوب انصاریؓ)

(2) نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں جب میں اپنے کسی بندے کے جسم مال یا اس کی اولاد پر کوئی مصیبت ڈالتا ہوں اور پھر وہ صبر کیساتھ اس کو برداشت کرتا ہے تو قیامت کے دن مجھے اس سے شرم آئے گی کہ میں اس کے اعمال کا وزن کروں یا اس کا نامہ اعمال کھولوں۔ (ترمذی عن انسؓ)

(3) نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے حضرت ابراہیم علیہ السلام پر وحی نازل فرمائی ''اے میرے خلیل اپنے اخلاق اچھے بناؤ خواہ کفار کیساتھ معاملہ ہو، نیکیوں کے دروازے میں داخل ہو جاؤ گے کیونکہ بااخلاق لوگوں کے بارے میں فیصلہ ہو چکا ہے کہ میں ان کو عرش کا سایہ دونگا اور مقدس علاقہ (جنت) میں رکھوں گا اور پڑوس میں قرب عطا کرونگا۔ (ترمذی عن ابی ہریرہؓ)

(4) نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ نماز مغرب سے فارغ ہو کر کسی سے بات کرنے سے پہلے سات مرتبہ یہ کہہ لو اَللّٰهُمَّ اَجِرْنِیْ مِنَ النَّارِ جب تم اس کو کہہ لوگے اور پھر اگر اسی رات کو تمہاری موت آجائے گی تو دوزخ سے محفوظ ہو جاؤ گے اور اگر اس دعا کو سات مرتبہ بعد نماز فجر کے بعد کسی سے بات کئے بغیر کہہ لوگے اور اسی دن مر جاؤ گے تو دوزخ سے محفوظ رہوگے۔ (نسائی، عن مسلم تمیمیؒ)

انمول موتی: عقل سے زیادہ بے نیازی، جہالت سے بڑھ کر محتاجی، آداب سے بہتر ترکہ، مشورے سے بہتر پشت پناہ کوئی نہیں۔

لازوال شفقت کی ایک جھلک

ہم میں سے ہر ایک کے والد نے ہماری روزی روٹی اور دکھ سکھ کے لئے دنیا جہاں کے مسائل کا سامنا کیا ہے لیکن اس کے مقابلہ میں ہم نے ان کے ان احسانات کا کیا بدلہ دیا ہے۔ یہ ایک سوالیہ نشان ہے؟ (ریاض ملک، ساہیوال)

کچھ عرصہ قبل سونامی طوفان نے انڈونیشیا، سری لنکا اور ہندوستان وغیرہ میں جو قیامت خیز تباہی مچائی، اس کے نتیجے میں لاتعداد لوگ لقمہ اجل بنے۔ ان سب کی نہ صرف تفصیلات بلکہ جزئیات تک کا ہم میں سے اکثر کو علم ہے۔ مسلسل دو ماہ تک اس سلسلہ میں میڈیا میں جو خبریں شائع ہو رہی تھیں اس میں ایک دل دہلا دینے والا واقعہ بھی تھا۔ انڈومان نکوبار کے جزیروں کو جب اس طوفان بلاخیز نے گھیر لیا تو وہاں موجود لوگ اونچی پہاڑیوں اور ٹیلوں پر جان بچانے کے لئے بھاگے، ان میں ایک جواں سالہ ماں بھی تھی جو اپنے دونوں ہاتھوں میں دو معصوم بچوں کو تھامے ہوئے تھی۔ گھبراہٹ میں ان بچوں کے بوجھ سے اس سے پہاڑ پر پناہ لینے کے لئے چڑھا نہیں جا رہا تھا۔ اس کے ساتھ بھاگنے والے اس کے پڑوسیوں نے بار ہا اس سے کہا کہ وہ براہ کرم ایک بچے کو نیچے چھوڑ دے اور دوسرے کو ٹھیک سے تھام کر اوپر چڑھنے کی کوشش کرے تاکہ دونوں بچوں کو بچانے کی ناکام کوشش کی بجائے خود اس کا اور ایک بچہ کا بچنا یقینی ہو جائے لیکن ماں کی محبت کے لئے آخری دم تک یہ گوارا نہیں تھا کہ اپنے ایک معصوم جگر گوشہ کو موت کے منہ میں جانے دے اور خود اپنی جان بچائے۔ بالآخر پیچھے سے ایک بڑی لہر نے ان تینوں کو دبوچ لیا اور دیکھتے ہی دیکھتے ماں اپنے ان دونوں لخت جگروں کے ساتھ وہاں پہنچ گئی جہاں سے ان کو کبھی واپس نہیں آنا تھا۔ ہمیں اس واقعہ میں جو بات بین السطور نظر آتی ہے وہ ہر ماں کا وہ بے پناہ پیار اور ممتا کا وہ لاڈ ہے جو دنیا میں اربوں روپے کی دولت سے خریدا نہیں جا سکتا۔ زندگی میں بیوی کی وفات ہوئی تو دوسری ملی، کسی حادثہ میں ایک بچہ لقمہ اجل بنا تو اللہ نے دوسرا عنایت کیا۔ دولت ہاتھ سے آج گئی کل اس سے دوگنی ملی۔ غرض یہ کہ اللہ نے ہر چیز کا بدل رکھا، سوائے ماں باپ کے۔ بستر مرگ پر ہی سہی ان کا ناتواں و بوڑھا وجود لاکھوں لوگوں کے لئے سکون قلب کا سامان بنا۔ ان کے پیار بھرے ایک جملے نے سالوں سے چلے آ رہے تناؤ کو ختم کر دیا۔ ان کی محبت بھری ایک مسکراہٹ نے مدتوں کی ذہنی الجھنوں کا ازالہ کر دیا۔

یہی حال کچھ والد کا بھی ہے، بالفرض باپ اور بیٹا دونوں بھوک سے نڈھال ہوں اور اس وقت ان کو صرف روٹی کا چھوٹا ٹکڑا میسر آ جائے تو شفیق باپ یہ ٹکڑا اپنے بچے کو کھلا کر اس کی جان بچائے گا اور خود بھوک سے اپنی جان دینا گوارا کرے گا۔ غرض یہ کہ ماں باپ کی شکل میں ان دونوں نعمتوں کا اس فانی دنیا میں کوئی بدل نہیں ہو سکتا۔ ہمارے لئے انہوں نے کیا کیا تکالیف برداشت کیں، اس کی ایک جھلک دیکھئے۔ دنیا کی ہر بیماری ایسی ہے کہ اس سے صحت یاب ہونا ممکن اور آسان ہے۔ اسی لئے کسی مرض کو مرض الموت نہیں کہا جاتا۔ اسی پس منظر میں ہماری شریعت میں کسی بھی بیماری میں کی جانے والی وصیت کا اعتبار ہے اور مرنے کے بعد اس پر عمل کرنا وارثوں کے لئے ضروری ہے لیکن اسی کے ساتھ فقہ کی کتابوں میں یہ بھی لکھا ہوا ہے کہ کسی بھی عورت کے لئے ولادت کے موقع پر اٹھنے والے دردزہ کا شمار مرض الموت میں ہوتا ہے کیونکہ اس وقت کی اس کی اس تکلیف کا دنیا کی کسی تکلیف سے موازنہ نہیں کیا جا سکتا۔ اسی لئے دردزہ کے موقع پر کی جانے والی وصیت کا اعتبار نہیں اور وہ نافذ العمل بھی نہیں۔ ہم میں سے ہر ایک کی ماں نے ہمارے لئے بھی اس مرض الموت (دردزہ) کا سامنا کیا ہے اور ہماری خاطر دنیا کی اس دردناک اذیت کا مقابلہ کیا ہے۔ اسی طرح ہم میں سے ہر ایک کے والد نے ہماری روزی روٹی اور دکھ سکھ کے لئے دنیا جہاں کے مسائل کا سامنا کیا ہے لیکن اس کے مقابلہ میں ہم نے اُن کے ان احسانات کا کیا بدلہ دیا ہے۔ یہ ایک سوالیہ نشان ہے۔ کیا آج تک ہم نے ان کا نام لے کر اللہ سے ان کے حق میں سوال کیا ہے؟ ان کی بھلائی و مغفرت کی اللہ سے دعا کی ہے؟ ان کی بخشش کے لئے اللہ کے سامنے ہاتھ پھیلائے ہیں، ہم میں سے بہتوں کا جواب یقیناً نفی میں ہے، ساری زندگی ہم اگر ان دونوں کی خدمت میں گزارتے تو بھی ان کے کسی ادنیٰ احسان کی برابری نہیں ہو سکتی ہے، قرآن مجید میں ان سے متعلق ہمیں حکم دیا گیا ہے کہ عمر کے آخری مرحلہ میں ان سے سرزد ہونے والی کم عقلی کی باتوں اور نازنخروں پر اف تک نہ کریں۔ (باقی صفحہ نمبر 38)

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

26 اپریل 2009 بروز اتوار 11 بج کر 32 منٹ سے لے کر دوپہر 12 بج کر 45 منٹ کے درمیان ہماری روحانی محفل ہو گی۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد صبح 11 بج کر 32 منٹ سے لے کر 12 بج کر 45 کے درمیان صرف 72 منٹ اَلرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم کا ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کریں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پہلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ 72 منٹ پورے ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے۔ مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ نوٹ:۔ روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہٗ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

میں ہر مہینے روحانی محفل میں باقاعدگی سے شریک ہوتی ہوں اور ان محفلوں کی برکت سے میں نے اپنا وظیفہ سوا لاکھ ختم کر لیا ہے اور اب ماشاء اللہ تیسرا انصاب شروع کر دیا ہے۔ درس میں آنے سے اور روحانی محفل میں شرکت کی برکت سے اللہ کے حکم سے ہماری دعائیں قبول ہوتی ہیں اور ماشاء اللہ میرے دونوں بچوں کے بہت اچھے نمبر آئے (باقی صفحہ 38)

بعافیت گھر واپسی کی گارنٹی

سید سلیمان ندوی، انڈیا

بغیر کسی خرچ کے گھر سے نکلنے کے موقع پر صرف ایک جملہ کہنے پر میں بعافیت واپسی کا یقین دلاتا ہوں لیکن افسوس کہ ہمارا دھیان اس معجزانہ دعا کے اخروی فائدہ سے قطع نظر اس کے دنیوی فائدہ کی طرف بھی نہیں جاتا۔

ذرا تصور وخیال میں اخبارات میں شائع ہونے والے اس اشتہار پر نظر دوڑائیے اور اس سلسلہ میں خود اپنے فوری ردعمل کے بارے میں بھی سوچئے، اشتہار کچھ اس طرح ہے:۔

''پھر نہ کہنا ہمیں خبر نہ ہوئی''

''پہلے زمانے میں حادثات نہ ہونے کے برابر تھے۔ اس لئے کہ اس زمانہ میں آج کی طرح ان خطرناک سواریوں، تیز رفتار موٹر سائیکلوں، ہوا سے باتیں کرنے والی کاروں وبسوں اور تیز رفتار ہوائی جہازوں کا وجود نہیں تھا۔ ان ایجادات وسواریوں نے حادثات میں روز بروز اضافہ کر دیا ہے نتیجہ یہ ہے کہ جب آپ کا بچہ صبح سکول جاتا ہے تو شام کو اس کے بعافیت لوٹنے کی گارنٹی نہیں۔ آپ کے شوہر، بھائی اور والد دوپہر کو دفتر سے کھانے کے لئے بخیریت گھر آئیں گے اس کی کوئی ضمانت نہیں۔ خود آپ جب بازار جائیں تو بسلامت واپس آنے کا خود آپ کو یقین نہیں۔ ان ہی سب حالات ومشکلات اور غیر یقینی کیفیات کے پیش نظر ملک کے نامور ڈاکٹروں نے طویل تحقیق وجستجو کے بعد ایسی گولی ایجاد کی ہے کہ گھر سے نکلنے سے پہلے اس کو کوئی کھالے تو یقینی طور پر بسلامت اس کی واپسی ہوتی ہے۔ یہ گولی چونکہ نئی دریافت شدہ ہے اور ابھی ابھی بازار میں آئی ہے اس لئے بہت مہنگی ہے اور ہر جگہ دستیاب بھی نہیں۔ ملک کے صرف بعض شہروں ہی کی اہم دکانوں میں یہ دستیاب ہے۔ اپنی اور اپنی اولاد وگھر والوں کی جان کی یقینی حفاظت کے لئے ان گولیوں کو حاصل کرنے میں جلدی کیجئے کہ اس کے ختم ہونے یا نہ ملنے پر آپ کہیں کف افسوس ملتے نہ رہیں''

اس اشتہار کے پڑھنے یا اس کے متعلق سننے کے بعد ہر قاری کا تاثر یہی ہوگا کہ چاہے مجھے ایک وقت بھوکا رہنا پڑے لیکن میں اس گولی کو ضرور خرید کر اپنے سکول جانے والے ننھے منے بچوں کو ہر حال میں کھلاؤں گا۔ قرض لے کر ہی سہی میں بھی ہر دفعہ گھر سے نکلتے وقت اس کو ضرور استعمال کروں گا۔ اپنے روزانہ کے اخراجات میں کسی طرح کمی کر کے اپنی پیاری بیوی اور ماں کو کہیں جانے سے پہلے یہ گولی کھانے کے لئے کہوں گا۔ اپنے شفیق ابا کو بھی اس کے استعمال کی ترغیب دونگا۔ بڑی مشکل سے مختلف شہروں کے متعدد دوا خانوں سے رابطہ کے بعد یہ گولی دستیاب ہوئی اور متعدد لوگوں نے اس مہنگی گولی کو حاصل کیا لیکن نتیجہ حسب توقع نہیں نکلا۔ اس کو کھانے کے باوجود لوگ حادثات کا شکار ہو کر زخمی ہوئے، چند لوگوں کی وفات بھی ہوئی بالآخر ان لوگوں نے اس دوا ساز کمپنی کے خلاف ڈھیر سارے مقدمات مختلف عدالتوں میں دائر کئے۔ اس کے بعد ان مقدمات کا کیا نتیجہ نکلا اور کب تک یہ عدالتی کارروائیاں چلتی رہیں ان سب کی تفصیلات میں جانے کی ضرورت نہیں لیکن اس پورے واقعہ کا جو خلاصہ نکلا اور جو بات بنیادی طور پر سامنے آئی وہ یہ تھی کہ انسان کو اپنی اور اپنے عزیزوں کی جان کتنی عزیز ہے اور انکی حفاظت کے لئے وہ کیا کچھ کرنے کیلئے تیار نہیں، اس کیلئے وہ کس کس طرح کی قربانیاں دے سکتا ہے۔

مالک کائنات نے آج سے چودہ سو سال پہلے ہی اپنے حبیب ﷺ کے ذریعہ یہ اعلان کر دیا تھا کہ بغیر کسی خرچ کے گھر سے نکلنے کے موقع پر صرف ایک جملہ کہنے پر میں بعافیت واپسی کا یقین دلاتا ہوں لیکن افسوس کہ ہمارا دھیان اس معجزانہ دعا کے اخروی فائدہ سے قطع نظر اس کے دنیوی فائدہ کی طرف بھی نہیں جاتا۔ ہم میں سے کتنے ہیں جو اللہ رب العزت کی ہر ہر بات پر یقین رکھنے کے باوجود اس نسخہ پر بھی یقین رکھتے ہیں اور اپنے بچوں اور نونہالوں کو بھی یہ دعا پڑھوا کر اپنے گھر سے روانہ کرتے ہیں۔ اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا جو شخص یہ دعا پڑھ کر گھر سے نکلتا ہے اس کیلئے فرشتوں کے ذریعہ اعلان ہوتا ہے کہ تمہیں ہدایت نصیب ہوئی، تمہاری حفاظت کی گئی، اللہ تمہارے (باقی صفحہ نمبر 38)

کامیابی وکامرانی کیلئے

ہمارے پیارے نبی ﷺ کے چند معمولات

فجر کی نماز کے بعد.........سورۃ یٰسین اور سورۃ فجر

ظہر کی نماز کے بعد..............سورۃ فتح

عصر کی نماز کے بعد............سورۃ النباء

مغرب کی نماز کے بعد..............سورۃ واقعہ

عشاء کی نماز کے بعد.........سورۃ سجدہ اور سورۃ ملک

روزگار کیلئے سورۃ مزمل تین یا سات مرتبہ پڑھیں انشاء اللہ کامیابی وکامرانی نصیب ہوگی۔ (ماسٹر محمد بشیر، لاہور)

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل اور جمعرات کو مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد وخواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسماء الحسنٰی اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل ومعاملات، الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین وحضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصراً اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لیے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

انیلہ رشید الدین ڈار' گجرانوالہ۔ واجد بخاری' احمد پور شرقیہ۔ زبیر وہاب' سوڈان۔ مقصود احمد' لیاقت پور۔ الیاس مغل' لاہور۔ شکیل' حاجی نواز' لاہور۔ سجاد بھٹی' فیصل آباد۔ زبیر وہاب' سوڈان۔ شامحمود عالم' لندن۔ فرقان احمد' اسلام آباد۔ عمارہ فرقان' اسلام آباد۔ مسز رضوان صفدر' گجرات۔ والدہ عبدالرحمٰن' پشاور۔ ناظم بٹ' سیالکوٹ۔ عابدہ نسرین' چکوال۔ فوزیہ شاہد' لاہور۔ عبدالماجد خان دکی۔ شاہین فرمین' لاہور۔ مصطفیٰ کمال' محمد اسلم' لاہور۔ محمد شفیق' راولپنڈی۔ محی الدین احمد کراچی' شازیہ اعجاز' حیدر آباد۔ محمد رضوان' ہنگو۔ ریحان شاہ' کراچی۔ محمد یٰسین قادری' لاہور۔ ڈاکٹر فرسین منظور' ایس ایم ابوذر' کراچی۔ اقبال حسین' کراچی۔ محمد انور گوہر' جہانیاں۔ امیر تاج' بنوں۔ عبدالرزاق' واہ کینٹ۔ سید ابرار الحق' ڈیرہ اسماعیل خان۔ رفعت' فیصل آباد۔ حافظ محمد توقیر عمر ضیاء' فواد احمد' کشمیر۔ آر اے طور' اسلام آباد۔ عبدالرشید' راولپنڈی۔ اعجاز احمد ندیم' احمد دین' لاہور۔ سمعیہ نوازش علی' طلال احمد' لاہور۔ صوفیہ کامران' وزیر آباد۔ غلام مصطفیٰ' مظفر گڑھ' ناصر محمود' آصف محمود' محمد عثمان غنی' جوہر آباد۔ اظہر عنایت شاہ' کوہاٹ۔ محمد انس' فیصل آباد۔ فصیح الرحمٰن' گجرات۔ شہباز' گجرات۔ عبدالرحمٰن' ام ابوذر' بہاولنگر۔ خیرا اسلم' دہاڑی۔ مسز ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ جاوید اقبال' لاہور۔ محمد بلال' لاہور۔ محمد اکمل فاروق' سرگودھا۔ محمد سعد عمران' ملتان۔ صفیہ' سعید احمد ساجد' سرگودھا۔ ارم عمر' ملتان۔ محمد طارق بٹ' حافظ آباد۔ شمیم اختر' بہاولپور۔ زاہدہ' چنیوٹ۔ احمد اختر زادہ لورالائی۔ عطاء اللہ' گجرات۔ سعد اللہ خان' میانوالی۔ سیدہ ارم زار' گجرات۔ امجد حسین' محمد ابراہیم' کراچی۔ ماسٹر ایوب شاہد' شہر بانو' مانسہرہ۔ صابرہ خان' بہاولپور۔ قاری محمد یٰسین' گرمانی کوٹ ادو۔

کھجلی دور کرنا:۔ تخم خشخاش کو پانی ڈالکر پیس لیں پھر لیموں کا رس ہم وزن ملا کر بدن پر مالش کرنے سے سوکھی کھجلی دور ہو جاتی ہے۔

سنار کی دکان سے قصاب کی دکان تک

ایک سائل آیا اور اس نے صدا لگائی اور خیرات کیلئے بار بار کہا۔ سنار نے تنگ آ کر اور طنزاً کہا کہ کیا یہ قصائی کی دکان ہے کہ جس میں صبح صبح آمدنی ہو جاتی ہے اور کہا کہ ابھی جاؤ کوئی آمدن نہیں ہوئی۔ بس یہ تکبر، غرور اللہ تعالیٰ کو پسند نہ آیا۔ (سید واجد بخاری)

یہ قصائی کی دکان ہے

سنار حضرات صبح دیر سے دکان کھولتے ہیں کیونکہ زیورات کی خرید و فروخت کا کام دیر سے شروع ہوتا ہے اور زیورات کے بنوانے یا اٹھانے میں کوئی خاص جلدی نہیں ہوتی۔ ہمارے علاقے میں ایک سنار تھا جس کا بہت نام تھا اور اس کے زیورات بہت خالص شمار ہوتے تھے۔ علاقے کے لوگ اس پر پورا اعتماد کرتے تھے۔ اس کی پیٹی میں ہر وقت 100 تولے سونا موجود ہوتا تھا اور کافی تعداد میں زیورات تیار ہوتے تھے اور روزانہ کا لین دین اس کے علاوہ تھا۔ ایک دن اپنی دکان پر آیا ہی تھا اور اپنی سیف سے زیورات نکال کر شوکیس میں لگا رہا تھا کہ ایک سائل آیا اور اس نے صدا لگائی اور خیرات کیلئے بار بار کہا۔ اس سنار نے تنگ آ کر اور طنزاً کہا کہ کیا یہ قصائی کی دکان ہے کہ جس میں صبح صبح آمدنی ہو جاتی ہے اور کہا کہ ابھی جاؤ کوئی آمدنی نہیں ہوئی۔ بس یہ تکبر، غرور اللہ تعالیٰ کو پسند نہ آیا۔ کچھ عرصہ بعد اس کو قتل کر دیا گیا۔ اولاد سنار کے کاروبار کو سنبھال نہ سکی۔ حتیٰ کہ سارا کاروبار تباہ ہو گیا، دکان بند ہو گئی۔ دکان بھی ایسی بنی ہوئی تھی کہ اس کے ساتھ کی دکان علاقے میں نہیں تھی۔ سنگ مرمر لگا ہوا۔ درمیان میں سیف/ پیٹی کی جگہ بنی ہوئی تھی۔ شیشہ لگا ہوا تھا۔ پیچھے کاریگروں کے بیٹھنے کی جگہ بنی ہوئی تھی۔ جب جائیداد کی تقسیم ہوئی تو یہ دکان بڑے بیٹے کے حصہ میں آئی۔ بڑا بیٹا کچھ نہیں کرتا تھا اور اس کے دوست بھی اچھے نہیں تھے۔ بڑے بیٹے کے دوستوں میں ایک قصاب بھی تھا۔ اس نے کہا کہ دکان بند پڑی ہوئی ہے۔ مجھے دے دو اور بڑے بیٹے نے اپنے قصاب دوست کو دکان دے دی۔ اب اسی سنار کی دکان میں قصاب کی دکان ہے۔ سیف/ پیٹی ویسی پڑی ہے۔ جہاں کاریگر بیٹھتے تھے وہاں ہڈیاں/ گوشت کاٹتے ہیں۔ اللہ کو غرور پسند نہ آیا۔ واقعی اسی دکان میں اب قصائی بیٹھا ہے۔ سنار نے سائل کو کہا تھا کہ کیا قصائی کی دکان ہے؟ اللہ نے کر دکھایا کہ اب وہاں گوشت فروخت ہو رہا ہے۔

صحت مند بیوی چل بسی

میاں بیوی کا رشتہ بڑا نازک ہوتا ہے اور خاص طور پر جب دونوں بوڑھے ہو جاتے ہیں اور اولاد اپنے اپنے کاموں میں مصروف ہو جاتی ہے تو دونوں ایک دوسرے کے بڑھاپے کا سہارا ہوتے ہیں۔ ہمارے علاقے میں بوڑھے میاں بیوی رہتے تھے۔ اولاد کراچی میں کمانے کیلئے گئی ہوئی تھی۔ ہمسائے نیک دل تھے جو ہر قسم کی امداد کرتے تھے اور اولاد کی کمی کا احساس نہیں ہونے دیتے تھے۔ میاں کا نام خدا بخش تھا۔ خدا بخش بڑی عمر کا تھا جبکہ اس کی بیوی قدرے جوان تھی اور بیوی ہر وقت لڑتی جھگڑتی رہتی تھی اور ہر وقت گلہ کرتی رہتی کہ اس نے کچھ نہیں کمایا۔ کوئی بندوبست نہیں کیا۔ میاں کہتا کہ نیک بخت شکر کرو کہ محنت مزدوری میں سے اللہ تعالیٰ نے اس مہنگائی کے دور میں سر چھپانے کے لئے چھت دی ہے، اولاد دی ہے مگر بیوی ہر وقت اپنے خاوند کو طعنے دیتی رہتی تھی۔ جب بھی خدا بخش گھر واپس آتا بیوی کی جھاڑ سننا پڑتی تھی لیکن اسکے باوجود خاموشی سے گزارہ کرتا رہتا اور بیوی کی کڑوی باتوں کے جواب میں ہمیشہ اسے نیک بخت کہہ کر ہی پکارتا تھا۔ روز روز کی باتوں نے خدا بخش پر ایسا اثر کیا کہ وہ بیمار رہنے لگا اور حتیٰ کہ بیماری ایسی بڑھی کہ وہ چارپائی کیساتھ لگ گیا۔ اب بیوی کا غصہ مزید بڑھ گیا۔ میاں کی خدمت کرتے ہوئے ہر وقت بڑبڑاتی رہتی تھی۔ خدا بخش اٹھ نہیں سکتا تھا، چل پھر نہیں سکتا تھا۔ پیشاب وغیرہ چارپائی پر کرنا پڑتا تھا اور اس کام کیلئے اسکو بیوی کی مدد لینا پڑتی تھی۔ جب بھی خدا بخش بیوی کو بلاتا تو بیوی یہی جواب دیتی کہ "ابھی تک تو مرا نہیں ہے" میں تو روزانہ انتظار کرتی ہوں کہ (باقی صفحہ 38)

ہنر مندی

اگر کوئی شخص اسم مبارک "یَاوَلِیُّ" کا بکثرت ورد کرے گا تو اللہ تعالیٰ اپنے فضل و کرم سے اسے ہنر مندی کے جوہر عطا فرمائے گا اور وہ انشاء اللہ العزیز اس اسم مبارک کے ورد کی برکت سے کم سے کم وقت میں زیادہ سے زیادہ کام انجام دیکر اپنی ہنر مندی کا لوہا منوائے گا۔ (مرسلہ: توقیر عباس، توگیرہ)

احسان: اگر تو کسی کے ساتھ احسان کرے تو اسے مخفی رکھ اور جب تیرے ساتھ کوئی اور احسان کرے تو اس کو ظاہر کر۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

میں نے منگنی یا شادی میں کبھی کوئی دلچسپی ظاہر نہ کی پھر بھی والد نے اپنے کاروبار کے معاملات کو بہتر بنانے کیلئے ایک بہت ہی امیر آدمی کی بیٹی سے میری منگنی کر دی جو آزاد خیال لڑکی تھی۔ ہر وقت مجھ سے فون پر بات کرتی، ملنے کی خواہش ظاہر کرتی تو میں ملنے چلا جاتا۔

حوصلے کی کمی

میں ایک اچھا طالبعلم ہوں، سب میری تعریف کرتے ہیں مگر مجھے خود پر کبھی غصہ آتا ہے کیوں کہ میں صحیح بات کہنے سے ڈرتا ہوں۔ اگر دو لڑکوں میں کسی بات پر بحث ہو رہی ہو گی اور مجھے معلوم ہوگا کہ ایک صحیح ہے مگر وہ کسی اعتبار سے دوسرے سے جو غلط بات پر اٹل ہو رہا ہوگا، کمزور ہے تو میں خود بخود طاقتور کی طرف سے بولنے لگتا ہوں۔ بعد میں میرا ضمیر ملامت کرتا ہے کہ ایسا نہیں کرنا چاہئے تھا۔ پھر پڑھنے میں دل نہیں لگتا اور یہی باتیں دماغ میں آتی رہتی ہیں۔ (خاور شاہد...... بلوچستان)

جواب:۔ تربیت کا اولین خاصہ حوصلہ مندی ہے۔ تعلیم انسان کے کردار میں جرأت اور حوصلہ پیدا کرتی ہے۔ صحیح اور غلط کا شعور عطا ہوتا ہے۔ یہ اچھی بات ہے کہ آپ کو اپنی غلطی کا احساس ہے۔ اب شعوری طور پر یہ کوشش کریں کہ غلط بات پر ساتھ نہ دیا جائے۔ اگر صحیح بات پر کمزور کی حمایت کی ہمت نہیں تو غلط بات پر طاقتور کا بھی ساتھ نہ دیا جائے۔ ایسے لڑکوں کی صحبت میں نہ بیٹھیں جو وقت ضائع کرتے ہیں۔ پڑھتے وقت خود سے کہیں مجھے کوئی فضول بات اپنے دماغ میں نہیں لانی ہے۔

ہم سفر

میرا چھوٹا بھائی میٹرک میں پڑھتا ہے۔ بڑا بھائی غلط لڑکوں کیساتھ گھر چھوڑ چکا ہے۔ والد فالج کے مریض ہیں۔ میں ایک نجی ادارے میں اچھی جاب کرتی ہوں۔ وہاں ایک لڑکا مجھے پسند کرنے لگا مگر میں نے شادی سے انکار کر دیا کیونکہ گھر کی ذمہ داری مجھ پر ہی ہے۔ اب حال ہی میں میرا ایک رشتہ آیا ہے۔ والدہ نے بات پکی کر دی کیونکہ لڑکا بہت اچھا ہے۔ میں نے انکار کیا تو والدہ ناراض ہو گئیں کہ گھر چلتا ہی رہے گا تم اپنی زندگی خراب نہ کرو۔ میں عجیب سی کشمکش میں ہوں۔ (امبر...... کراچی)

جواب:۔ آپ کو والدہ کی بات مان لینی چاہئے، کچھ عرصے کی بات ہے، بھائی والدین کا سہارا بن جائے گا۔ یہ اچھی بات ہے کہ آپ نے گھر کی ذمہ داریاں سنبھالیں اور مزید ذمہ داریوں کو انجام دینے کا موقع مل رہا ہے۔ ہم سفر اچھا مل جائے گا تو زندگی میں خوشیاں آ جائیں گی۔

نئے حالات کے مطابق

میں نے منگنی یا شادی میں کبھی کوئی دلچسپی ظاہر نہ کی پھر بھی والد نے اپنے کاروبار کے معاملات کو بہتر بنانے کیلئے ایک بہت ہی امیر آدمی کی بیٹی سے میری منگنی کر دی جو آزاد خیال لڑکی تھی۔ ہر وقت مجھ سے فون پر بات کرتی۔ ملنے کی خواہش ظاہر کرتی تو میں ملنے چلا جاتا۔ پھر پتہ نہیں کیا ہوا والد اپنے دوست سے بہتر تعلقات نہ رکھ سکے۔ غصہ منگنی ٹوٹنے پر اترا۔ یہ رشتہ کیا ٹوٹا میں بھی خود کو ٹھیک نہ رکھ پایا۔ اس نے تو مجھ سے ملنا چھوڑ دیا۔ فون بند کر دیا مگر میں اب گھنٹوں اس سے ملنے کیلئے سڑکوں پر گھومتا ہوں۔ کسی سے کچھ نہیں کہتا لیکن میرا دل و دماغ قابو میں نہیں رہا۔ عجیب سی وحشت ہے۔ گھر والے بھی میری طرف سے بے حد فکر مند ہیں۔ (فہد خالد...... کراچی)

جواب:۔ آپ اس بات کا شعور رکھتے ہیں کہ جو کچھ کر رہے ہیں ٹھیک نہیں ہے۔ لہٰذا اب اپنی وحشت پر قابو پائیں۔ غلطی اپنی ہو یا بڑوں کی۔ کبھی کبھی انسان ٹوٹ جاتا ہے اور پھر اس کے لئے اپنے دکھ کو برداشت کرنا مشکل ہوتا ہے۔ اپنے حالات اور والد کے مسائل کا حقیقت پسندانہ جائزہ لیں، آپ کے سامنے لڑکی کی مثال ہے کہ اس نے کتنی جلدی نئے حالات کے مطابق آپ سے نہ ملنے کا فیصلہ کر لیا۔

مشکل وقت گزر گیا

میں ابھی دنیا میں نہیں آیا تھا کہ والد دنیا سے چلے گئے۔ والدہ کی دوسری شادی کر دی گئی۔ ان کا ایک بیٹا اور ہے۔ سوتیلے والد اپنے بیٹے کو طرح طرح کی چیزیں اور تحائف لا کر دیتے ہیں۔ میں خاموش دیکھتا ہوں اگر وہ میرے سگے باپ ہوتے تو ایسا نہ کرتے۔ اب میں اس قدر اکیلا ہوں کہ بتا نہیں سکتا۔ بیمار بھی رہتا ہوں مگر کوئی توجہ نہیں دیتا۔ والد تو بہت ہی سخت باتیں کہہ ڈالتے ہیں۔ والدہ بھی ان کا ساتھ دیتی ہیں۔ وہ کہتی ہیں تمہاری عمر بیمار ہونے کی نہیں کام کرو اور سکون سے رہو۔ میں انہیں کیسے بتاؤں کہ سکون تو انہوں نے ہی ختم کیا ہے نہ دوسری شادی کرتیں، نہ میں بیمار ہوتا۔ (اسامہ...... حیدرآباد)

جواب:۔ والدہ کی کچھ مجبوریاں ہوں گی جو انہوں نے دوسری شادی کا فیصلہ کیا۔ اپنی زندگی میں انتشار کا سبب دوسروں کی غلطیوں میں نہ تلاش کریں۔ اس طرح غم اور دکھ بڑھے گا۔ آپ کا مشکل وقت گزر چکا ہے۔ اب خواہش پوری کروانے کی عمر نہیں رہی۔ والد کی اپنی مرضی ہے، اگر ان کا سلوک آپ کے ساتھ ٹھیک نہیں تو آپ صبر کریں۔ اب اپنی دنیا خود بنانے کا وقت آ چکا ہے۔ اچھی تعلیم اور باعزت پیشہ اپنا کر محرومیوں سے دور ہونے کی کوشش کیجئے۔

تکلیف دہ احساسات

میری عمر کم لگتی ہے۔ شوہر بڑی عمر کے نظر آتے ہیں۔ ہمارا جوان بیٹا ہے۔ حال ہی میں ہم لوگ ایک نئے علاقے میں منتقل ہوئے ہیں۔ وہاں سب کہتے ہیں کہ یہ میرا بیٹا نہیں ہے۔ میں سوتیلی ماں ہوں۔ اب اس میں میرا کیا قصور کہ لوگوں کی باتیں سنوں۔ ہم نے بیٹے کو ایک فیکٹری میں ملازمت دلوا دی ہے مگر کام کافی مشکل ہے۔ اس کے ہاتھ میں فریکچر ہو گیا ہے۔ اب تو لوگ اور باتیں بنانے لگے ہیں۔ ان سب سے پریشان ہو کر دل چاہتا ہے کہ یہ گھر بھی چھوڑ دوں کیونکہ جن تکلیف دہ احساسات سے وقت گزار رہی ہوں وہ میں ہی جانتی ہوں۔ (فرحانہ...... ملیر)

جواب:۔ سب کی باتیں آپ تک کیسے پہنچیں؟ یقیناً کچھ بے تکلف لوگ ہونگے جنہوں نے آپ کو تکلیف دہ باتیں بتائیں۔ نئے علاقے میں لوگوں سے احتیاط ملنا چاہئے۔ آپ سگی ماں ہیں۔ یہ بات ثابت کرنے کی ضرورت نہیں اور نہ ہی لوگوں کی باتوں کی پروا کرنے کی ضرورت ہے۔ اچھے کیا جو بیٹے کو کام دلوا دیا۔ اب اسے کسی اچھے کام کی تربیت دلوائیں، پھر ملازمت کروائیں تاکہ وہ اپنے پیشے میں مہارت رکھتا ہو۔ آپ مطمئن رہیں گی تو باتیں بنانے والے لوگ خود ہی خاموش ہو جائیں گے۔

نخاع کی کمزوری | سنگرھنی | ڈاکٹروں کے مشورے پر عمل کریں | ہڈیوں کا ڈھانچہ ہوں | مالش کی دوا پی لی

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ مُلے گا۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف اور خوشخط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

نخاع کی کمزوری

میری عمر بائیس سال ہے۔ شادی شدہ اور تین بچوں کی ماں ہوں۔ بڑی بچی کی عمر دو سال ہے۔ گزشتہ ایک سال سے مختلف عوارض میں مبتلا ہوں۔ دن میں ایک دو مرتبہ چلتے چلتے کام کرتے ہوئے یا سیڑھیاں اترتے چڑھتے ہوئے۔ گردن کی پچھلی طرف سے اچانک درد کی ایک لہر سی اٹھتی ہے اور پورے سر میں شدید ٹیسوں کی صورت میں پھیل کر ختم ہو جاتی ہے چکر تو تقریباً ہر وقت ہی آتے رہتے ہیں۔ پورے جسم میں خصوصاً پنڈلیوں اور ہاتھ پاؤں کے جوڑوں میں درد رہتا ہے۔ پیدل چلنے سے سانس پھول جاتا ہے۔ جسم اور چہرے پر سوجن آجاتی ہے ہر وقت شدید کمزوری اور تھکاوٹ کا احساس رہتا ہے۔ مقامی حکیم صاحب نے "پرسوت" اور ضعف جگر تشخیص کر کے علاج کیا لیکن آرام نہ آیا۔ ڈاکٹر لوگوں نے ڈیپریشن، درد شقیقہ اور انیمیا کا علاج کیا لیکن حالت جوں کی توں ہے۔ بہت پریشان ہوں۔ (سحرش فاطمہ.....جھنگ صدر)

مشورہ: یہ صرف کمزوری ہے۔ نخاع کی اس کمزوری کیلئے حب عنبر مومیائی ایک صبح ایک شام دودھ پتی چائے سے کھائیں۔ ٹھنڈی کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں مقوی غذائیں اس کا مستقل علاج ہیں۔ غذا نمبر 4 اور 18 استعمال کریں۔

سنگرھنی

مجھے گیس بہت ہوتی ہے میری عمر چوبیس سال ہے۔ غیر شادی شدہ ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ ایک تو میرے پیٹ میں بہت زیادہ گیس بنتی ہے۔ کھانا ٹھیک طرح سے ہضم نہیں ہوتا۔ بدبو دار ڈکاریں اکثر آتی ہیں اور دوسرے اگر میں دوپہر اور رات کا کھانا کھالوں تو رات کو سوتے میں رفع حاجت خود بخود ہو جاتی ہے۔ یعنی رات کو اگر گوشت وغیرہ کھایا ہو تو صبح تک تو رفع حاجت نہیں ہوتی اور پھر اگلے دن شام کو بار بار باتھ روم میں جانا پڑتا ہے۔ اگر سفر وغیرہ کے دوران حاجت روکنے کی کوشش کروں تو پیٹ میں طرح طرح کی آوازیں پیدا ہوتی ہیں۔ کوئی ایسی دوا بتائیں جس سے میرا مسئلہ ختم ہو جائے۔ اس کے علاوہ ایک مسئلہ یہ ہے کہ حاجت پر میرا کوئی کنٹرول نہیں ہے۔ یعنی سوتے ہوئے اور بعض دفعہ جاگتے ہوئے بھی خود بخود حاجت خارج ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ کوئی ایسی دوا تجویز فرمائیں جس سے میرا پیٹ نہ پھولے۔ بعض دفعہ جو چیز بھی کھاتی ہوں وہ حاجت میں بغیر ہضم ہوئے موجود ہوتی ہے۔ منہ کا ذائقہ نارمل ہے۔ رات بھر نیند نہیں آتی بلکہ دو تین بجے کے قریب نیند آتی ہے۔ چار پانچ ماہ سے پانچ وقت کی نمازیں پڑھ رہی ہوں۔ میرا وزن تقریباً ساٹھ کلو ہے اور قد پانچ فٹ تین انچ ہے۔ چہرے پر اکثر گرم چیز کھا لینے سے دانے نکل آتے ہیں لیکن ویسے گرمی بہت کم ہوتی ہے چاہے جتنی بھی گرم چیز کھالوں، بلڈ پریشر نارمل رہتا ہے۔ کھانا کھانے کے فوراً بعد پیٹ پھول جاتا ہے اور رفع حاجت کے بعد چھوٹا ہو جاتا ہے، کام وغیرہ کرنے سے تھکن نہیں ہوتی لیکن ورزش کرنے یا دوڑنے سے سانس پھولنے لگتا ہے کوئی اچھا نسخہ بتادیں جو کہ نقصان دہ نہ ہو۔ (آر۔ بٹ۔ کراچی)

مشورہ: غذا صرف شدید بھوک پر کھائیں، وقت پر کھائیں، دونوں کھانوں کے درمیان کچھ نہ کھائیں اور کم از کم چھ گھنٹہ کا وقفہ رکھیں۔ غذا میں صرف گوشت کھائیں چربی چھیچھڑوں سے پاک گوشت پکا کر اناج اور روٹی کے بغیر کھائیں انوشدارو صبح چھ گرام کھائیں۔ شام معجون سنگدانہ چھ گرام کھائیں۔ غذا کے بعد لونگ کا سفوف دو چٹکی اور حب حلتیت دو گولی دن میں دو بار کھائیں۔ پانچ روز کے بعد توس بھی کھائیں۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ یہ مرض سنگرھنی ہے اس تدبیر سے انشاء اللہ شفا ہوگی۔

ڈاکٹروں کے مشورے پر عمل کریں

میری بائیں آنکھ کے کونے میں تکلیف ہوگئی ہے۔ ڈاکٹرز کو دکھایا تو انہوں نے تشخیص کیا کہ ناک اور آنکھ کے درمیان چھوٹے سوراخ ہوتے ہیں۔ وہ بند ہو گئے ہیں اور مزید یہ کہ ایک ٹیکنیکل خرابی ہے جو آپریشن سے دور ہوگی۔ آنکھ کے ذریعے ایک سلاخ ڈالی جائے گی۔ حکیم صاحب تقریباً پانچ سال ہو گئے ہیں اس تکلیف کو، آپریشن سے ڈر لگتا ہے، اگر آپ کے پاس اس کا علاج ہے تو ضرور بتائیں، تا زندگی شکر گزار ہوں گی۔ پہلے مسلسل پانی، کبھی پیلا مواد آنکھ سے نکلتا تھا اب نکلتا نہیں نکالنا پڑتا ہے یعنی آنکھ کے کونے میں جمع ہو جاتا ہے جس سے واضح طور پر جگہ ابھری نظر آتی ہے۔ جواب دیکر ممنون فرمائیں۔ دوسرا مسئلہ پیٹ کا ہے۔ میرے تین بچے ہیں تینوں بچے بڑے آپریشن سے ہوئے ہیں۔ بچوں کی پیدائش کے بعد پیٹ کافی بڑھ گیا ہے اس کا بھی کچھ علاج بتائیں میری چھوٹی بہن غیر شادی شدہ ہے اس کا پیٹ بھی کافی بڑھ گیا ہے۔ اس کی عمر چوبیس سال ہے اور میری عمر پینتیس سال ہے۔ (م.....کراچی)

مشورہ: ڈاکٹر کے مشورے پر عمل کریں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ بہن کو مناسب کھیل کود، واک اور ورزش کی ہدایت کریں۔ وہ چاول نہ کھائے۔

ہڈیوں کا ڈھانچہ ہوں

سوال: محترم میں مختلف پریشانیوں کا شکار ہوں جن میں سے ایک میرے جسم کا دبلا پتلا ہونے کی پریشانی بھی ہے۔ میری عمر تقریباً 25 سال ہے لیکن بظاہر میں ہڈیوں کا ایک ڈھانچہ ہوں۔ جسم میں قوت و طاقت کا فقدان ہے اور میرے چہرے پر بھی گوشت نہیں ہے گال اندر کی طرف دھنسے ہوئے ہیں۔ (اطہر علی، سرگودھا)

شیر خوار بچوں کے اسہال

سہاگہ 1 تولہ لوہے کی کڑچھی میں ڈال کر آگ پر رکھیں جب سہاگہ کھیل ہو جائے تو نمک سیاہ ہم وزن باریک کر کے ڈال دیں اور لوہے کی سلاخ سے ہلاتے رہیں پھر اتار کر باریک کر لیں خوراک 2 چاول سے 2 رتی پانی میں حل کر کے بچوں کو پلائیں۔ (محمد یونس بھٹ، کالا باغ)

مسوڑھوں کے ورم کے لئے: کافور اور نوشادر ہموزن لیکر باریک پیس لیں پھر آہستہ آہستہ مسوڑھوں پر ملیں چند روز میں آرام آجائے گا۔

مشورہ:۔ آپ مستقل پھلوں کا استعمال کریں، تازہ جوس سبزیاں استعمال کریں۔ خوبانی خشک اور چھوارہ ایک عدد رات کو دودھ میں بھگو دیں صبح نہار منہ کھالیں اور دودھ پی لیں۔ اس طرح چند ہفتے کریں۔

مالش کی دوا پی لی

آج ایک بہت کمزور سی لڑکی آپ سے مخاطب ہے جو اپنی غلطی کی وجہ سے اس تکلیف کا شکار ہوگئی ہے۔ دراصل میں نے کسی کے کہنے پر جسم کے چند حصوں کو کم کرنے کیلئے دوائی کے قطرے (ڈراپس) لئے تھے۔ یہ ہومیو پیتھک دوا ہے اس کی میں نے تقریباً پانچ شیشیاں پی لی تھیں اور اس کے بعد میرے پیروں میں شدید درد شروع ہوگیا تھا اور آہستہ آہستہ یہ درد پورے جسم کی ہڈیوں میں پھیل گیا خاص طور پر پیروں کی ہڈیوں میں۔ میں دیر تک کھڑی نہیں ہوسکتی۔ اگر مجھے کھڑے کھڑے دس منٹ ہو جائیں تو پنڈلیوں میں اور گھٹنوں کے اوپر ران کی ہڈی میں شدید درد شروع ہو جاتا ہے حتیٰ کہ میں اگر کتابوں کے صفحے دیر تک پلٹتی رہوں تو پورے بازو میں یہ درد ہونے لگتا ہے۔ کوئی ہلکا سا وزن بھی میں نہیں اٹھا سکتی ہوں اور اگر صبح بستر لپیٹ لوں یا پھر ناشتہ بنالوں تو کھڑے ہونے سے یہ درد پورے پیروں کی ہڈیوں اور ہاتھوں میں ہونے لگتا ہے۔ کوئی ایسا علاج بتائیں جس سے میرے جسم میں طاقت آجائے میری ہڈیاں مضبوط ہو جائیں اور میں کتنا بھی چل پھر لوں کام کرلوں لیکن مجھے محسوس نہ ہو۔ میں نے طاقت کے کئی سیرپ پئے ہیں لیکن ان سے کوئی خاص فرق نہیں پڑا اور یہ ڈراپس جو میں نے پیئے ہیں اس کے بارے میں ایک ہومیو ڈاکٹر نے بتایا ہے کہ یہ دوائی پینے کے لئے نہیں بلکہ مساج کرنے کیلئے تھی۔ جب سے یہ پتہ چلا ہے میں مزید پریشان رہنے لگی ہوں کہ یا اللہ اب کیا ہوگا کہ مالش کی دوائی پی لی ہے لیکن اب کیا ہوسکتا ہے جو ہونا تھا وہ ہوگیا۔ اللہ بھلا کرے اس کا جس نے مجھے یہ دوائی پینے کیلئے دے دی۔ (نازیہ..... کراچی)

مشورہ:۔ آپ کو کسی اچھے ہومیو ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہئے تھا۔ بہرکیف آپ سب سے پہلے تو دل سے خوف کو دور کریں دوسری حقیقت یہ ذہن نشین کریں کہ آپ ڈیپریشن کا شکار ہیں۔ اگر بلڈ پریشر نارمل ہو یا نیچے ہو تو آپ خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا چھ چھ گرام صبح و شام کھالیں۔ بکرے کا عمدہ گوشت اچھی طرح سے گلا کر خالص عمدہ دیسی گھی میں بنا کر کھائیں۔ صبح بادام کا عمدہ دیسی گھی میں بنا ہوا حلوہ کھالیں۔ غذا کے بعد پھل کھائیں۔ فکرمند نہ ہوں ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

جنت کے سارے دروازوں کی کنجی

''حضرت عمر بن خطابؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے (ایک سلسلہ کلام میں) فرمایا: جو کوئی تم میں سے وضو کرے (پورے آداب کیساتھ خوب اچھی طرح) اور پھر وضو کے بعد کہے:
اَشْھَدُ اَنْ لَّا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَاَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُہٗ وَرَسُوْلُہٗ تو لازمی طور پر اس کے لئے جنت کے آٹھوں دروازے کھل جائیں گے، وہ جس دروازے سے بھی چاہے گا جنت میں جاسکے گا۔'' (مرسلہ:۔ ناصر الدین، حیدرآباد)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار کا جوس، انار شیریں، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، پیٹھا، لیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

مشکل کا حل: اپنے رب کو مت بتاؤ کہ تمہاری مشکل کتنی بڑی ہے بلکہ اپنی مشکل کو بتاؤ کہ تمہارا رب کتنا بڑا ہے

اپنا شوق پورا کرنیکا نام دین نہیں

اگر تم نے والدین کو اس حال میں چھوڑ دیا کہ وہ حرکت کرنے کے قابل نہیں اور تم اپنا شوق پورا کرنے کیلئے مسجد میں چلے گئے اور صف اول میں جاکر شامل ہوگئے تو یہ دین کی اتباع نہ ہوئی بلکہ اپنا شوق پورا کرنا ہوا جبکہ ہمارے لیے اللہ کا حکم ماننا ہے نہ کہ اپنی خواہش پر عمل کرنا۔

حضرت ڈاکٹر عبدالحی صاحب رحمتہ اللہ علیہ ایک بات فرمایا کرتے تھے یہ بات ہمیشہ یاد رکھنے کی ہے۔ فرماتے تھے کہ بھائی! اپنا شوق پورا کرنے کا نام دین نہیں بلکہ اللہ اور اللہ کے رسول ﷺ کی اتباع کا نام دین ہے۔ یہ دیکھو کہ اللہ اور اللہ کے رسول ﷺ کی طرف سے اس وقت کا کیا تقاضا ہے؟ بس! اس تقاضے کو پورا کرو، اس کا نام دین ہے اس کا نام دین نہیں کہ مجھے فلاں چیز کا شوق ہوگیا ہے، اس شوق کو پورا کررہا ہوں۔ مثلاً کسی کو اس بات کا شوق ہوگیا کہ میں صف اول میں نماز پڑھوں، کسی کو اس بات کا شوق ہوگیا کہ میں جہاد پر جاؤں، کسی کو اس بات کا شوق ہوگیا کہ میں تبلیغ و دعوت کے کام میں نکلوں، اگرچہ یہ سب کام دین کے ہیں اور باعث اجر وثواب ہیں لیکن یہ دیکھو کہ اس وقت کا تقاضا کیا ہے مثلاً گھر کے اندر والدین بیمار ہیں اور انہیں تمہاری خدمت کی ضرورت ہے لیکن تمہیں تو اس بات کا شوق لگا ہوا ہے کہ صف اول میں جاکر جماعت سے نماز پڑھوں اور والدین اتنے بیمار ہیں کہ حرکت کرنے کے قابل نہیں، اب اس وقت تمہارے لئے اللہ تعالیٰ کی طرف سے تقاضا یہ ہے کہ صف اول کی نماز کو چھوڑ دو اور والدین کی خدمت انجام دو اور ان کیساتھ حسن سلوک کرو اور گھر کے اندر نماز تنہا پڑھ لو اب اگر اس وقت تم نے والدین کو اس حال میں چھوڑ دیا کہ وہ حرکت کرنے کے قابل نہیں اور تم اپنا شوق پورا کرنے کیلئے مسجد میں چلے گئے اور صف اول میں جاکر شامل ہوگئے تو یہ دین کی اتباع نہ ہوئی بلکہ اپنا شوق پورا کرنا ہوا۔ (قندیل شاہد ڈیرہ غازیخان)

ماں کی خدمت

بنی اسرائیل کا ایک یتیم بچہ ہر کام اپنی والدہ سے پوچھ کر ان کی مرضی کے مطابق کیا کرتا تھا۔ اس نے ایک خوبصورت گائے پالی ہوئی تھی اور وہ ہر وقت اس کی دیکھ بھال میں مصروف رہتا تھا۔ ایک مرتبہ ایک فرشتہ انسانی شکل میں اس بچے کے پاس آیا اور گائے خریدنے کا ارادہ ظاہر کیا۔ بچے نے قیمت پوچھی تو فرشتے نے قیمت بتائی۔ جب بچے نے ماں کو اطلاع دی تو اس نے اجازت دی کہ اس قیمت پر بیچ دینا لیکن فرشتہ ہر بار قیمت بڑھاتا رہا۔ لڑکا کہتا کہ میری ماں نے اس سے کم قیمت بتائی تھی۔ میں ماں کے کہے بغیر زیادہ قیمت پر نہیں بیچوں گا۔ فرشتے نے کہا کہ تم بڑے نیک اور خوش نصیب ہو کہ ہر کام اپنی والدہ سے پوچھ کر کرتے ہو۔ چند دن بعد تمہارے پاس کچھ لوگ اس گائے کو خریدنے آئیں گے تو تم اس گائے کی خوب زیادہ قیمت لگانا۔ دوسری طرف بنی اسرائیل میں ایک آدمی کے قتل کا واقعہ پیش آیا اور انہیں جس گائے کی قربانی کا حکم ملا وہ اسی بچے کی گائے تھی چنانچہ بنی اسرائیل کے لوگ جب اس بچے سے گائے خریدنے آئے تو اس بچے نے کہا اس گائے کی قیمت اس کے وزن کے برابر سونا ادا کرنا ہے چنانچہ بنی اسرائیل کے لوگوں نے اتنی بھاری قیمت ادا کرکے گائے خریدلی۔ بچو ہماری بڑی دینی کتابوں میں لکھا ہے کہ اس بچے کو یہ دولت والدین کے ادب اور ان کی بات ماننے کی وجہ سے ملی۔ اس سے معلوم ہوا والدین کی خدمت وادب کا اچھا بدلہ اس دنیا میں بھی دیا جاتا ہے اور آخرت میں بھی۔ اس لئے ہم پر ضروری ہے کہ دل سے والدین کا احترام کریں اور ان کا کہا مانیں اور خوب احتیاط کریں کہ کسی طرح ان کا دل نہ دکھے اور ان کی خوب خدمت کریں۔ (آفرین شاہد، ڈیرہ غازی خان)

خوش نصیب

1- میں نے اللہ سے طاقت مانگی تاکہ کارنامہ انجام دے سکوں مگر اس نے مجھے کمزوری دی تاکہ فرمانبرداری سیکھ سکوں۔

2- میں نے خداوند تعالیٰ سے دولت مانگی تاکہ خوشی میسر ہو مگر اس نے مجھے غربت دی تاکہ غریبوں کے دکھ درد کو سمجھ سکوں۔

3- میں نے اس رب کریم سے ساری چیزیں مانگیں تاکہ زندگی کا لطف اٹھا سکوں مگر اس نے مجھے زندگی عطا کی تاکہ سب چیزوں کو حاصل کرسکوں۔ (آفرین شاہد، ڈیرہ غازیخان)

تین چیزیں

ایک مرتبہ حضور نبی کریم ﷺ اپنی مجلس میں چاروں جانثاروں یعنی خلفائے راشدین کے ساتھ تشریف فرما تھے ایسے میں آپ ؐ نے فرمایا: ”مجھے دنیا میں تین چیزیں سب سے زیادہ محبوب ہیں۔ خوشبو، نیک بیوی اور نماز۔ یہ سن کر حضرت ابوبکر صدیقؓ نے عرض کی۔ یا رسول ﷺ آپ نے سچ کہا: مجھے بھی تین چیزیں محبوب ہیں۔ آپ ؐ کے چہرے کی طرف دیکھنا، اپنا مال آپ کی مرضی کے مطابق خرچ کرنا اور یہ کہ میری بیٹی آپ کے نکاح میں ہو۔

اب سیدنا عمرؓ نے عرض کی ”اے صدیقؓ! آپؓ نے سچ کہا، مجھے بھی تین چیزیں محبوب ہیں۔ **امر بالمعروف** (نیکی کا حکم کرنا) **نهى عن المنكر** (یعنی برائی سے روکنا) اور پرانا کپڑا۔

یہ سن کر سیدنا عثمانؓ نے عرض کی: ”اے عمرؓ آپ نے سچ کہا، مجھے بھی تین چیزیں محبوب ہیں بھوکوں کو کھانا کھلانا، ننگوں کو کپڑا پہنانا اور قرآن کی تلاوت کرنا۔

یہ سن کر حضرت علیؓ نے عرض کی: ”اے عثمانؓ! آپ نے سچ کہا: مجھے بھی تین چیزیں محبوب ہیں، مہمان کی خدمت کرنا، گرمی کا روزہ رکھنا اور دشمن پر تلوار چلانا

اتنے میں حضرت جبرائیلؑ تشریف لے آئے اور عرض کیا ”یا رسول اللہ ﷺ! اگر میں دنیا والوں میں سے ہوتا تو مجھے یہ تین چیزیں محبوب ہوتیں، بھٹکے ہوؤں کو راستہ دکھانا، بال بچوں والے غریب کی مدد کرنا اور غریب عبادت گزار لوگوں سے محبت کرنا۔“ اور اللہ تعالیٰ فرمارہے ہیں، مجھے بھی اپنے بندوں کی تین چیزیں محبوب ہیں طاقت کے مطابق خرچ کرنا (یعنی صدقہ کرنا، جہاد میں خرچ کرنا) اپنے گناہوں پر رونا اور فاقے کی حالت میں صبر کرنا۔ (ہمشیرہ محمد اکمل فاروق)

پیر کے دن چھ خصوصیتیں

حضرت عبداللہ بن عباسؓ فرماتے ہیں کہ پیر کے دن کو آقائے نامدار تاجدار مدینہ ﷺ کی سیرت کے ساتھ ایک خاص مناسبت اور خصوصیت ہے، وہ یہ ہے کہ:

1- پیر کے دن آپ ﷺ کی ولادت باسعادت ہوئی۔

2- پیر ہی کے دن آپ ﷺ کو نبوت ملی۔

3- آپ ﷺ نے پیر کے دن حجر اسود کو اپنی جگہ رکھا۔

4- پیر کے دن آپ ﷺ نے مکہ مکرمہ سے مدینہ منورہ کی طرف ہجرت کیلئے غار ثور سے سفر کی ابتداء فرمائی۔

5- پیر کے دن آپ ﷺ مدینہ منورہ پہنچے۔

6- پیر ہی کے دن آپ ﷺ کے وصال کا سانحہ پیش آیا۔

(مسند احمد 1/277، رقم حدیث 2506)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اسکا جواب بھی قارئین ہی دینگے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

جوابات ماہ اپریل

☆ اپنی والدہ کو عقرقرحا باریک پیس کر اس کی نسوار دیں دن میں 4 بار۔ (روبینہ کندیاں شریف) والدہ کو اطریفل زمانی ایک چمچ دودھ کے ہمراہ صبح وشام 3 ماہ دیں۔ (حکیم محمد شریف ہیڈ حاجی) والدہ کے لئے دماغی کمزوری کی ہر دوا مفید ہوگی لیکن مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں خود میرے ساتھ بھی ایسا ہوا (والدہ عمیر، کراچی)

☆ گھر کی لڑائی کی اصل وجہ شیطانی اثرات ہیں۔ آپ ہر نماز کے بعد مکمل اذان جائے نماز پر بیٹھے بیٹھے 7 بار پڑھیں۔ اسکے علاوہ اٹھتے بیٹھتے روزانہ نہایت بکثرت اذان پڑھیں 40 دن کریں پھر اس کا کمال دیکھیں۔ (عطا محمد قریشی گھڑی ساز، بہاولپور)

☆ اس کا علاج یہ ہے کہ آپ ناف میں اور مقعد میں سرسوں کا تیل انگلی سے لگائیں دن میں 3 بار۔ خود میرا تجربہ ہے۔ میں بینک ملازم ہوں چند ہفتوں میں تندرست ہوا تھا۔ (سرور چودھری لاہور)، آپ بادام کی گریاں رگڑ کر خوب ملیں اور یہ اپنے ہونٹوں پر لگائیں صبح وشام کریں۔ (صدف نیاز، خانیوال)

☆ خود میرے نواسے کا یہی حال تھا عبقری سے انمول خزانہ منگوا کر تمام گھر والوں نے پڑھا اور بچے پر پھونکا چند دنوں میں تندرست ہوگیا۔ (محمد محسن عزیز) آپ اپنے بچے کے لئے چاروں قل، آیت الکرسی 3 بار پڑھ کر دم کریں اس طرح صبح وشام 40 دن تک مسلسل کریں میرے سارے خاندان کا آزمودہ عمل ہے۔ (عثمان علی، خضدار)

☆ آپ اور بیٹی بلکہ سارے گھر والے آیت کریمہ کے ساتھ یَا عَزِیْزُ ملا کر پڑھیں یعنی ہر آیت کے بعد یَا عَزِیْزُ پڑھیں سارا دن پاک، ناپاک، وضو، بے وضو یہ وظیفہ ضرور پڑھیں اپنے سسرال کا سخت تصور کرتے ہوئے سوا لاکھ کریں مسئلہ حل ہو جائے گا۔ (نیچر سلطانہ کوثر گوجر خان)

☆ آپ کی جائیداد کا حصہ ضرور ملے گا۔ میرے والد بھی اسی مسئلے سے دوچار رہے ہیں انہیں کسی نے یَا عَزِیْزُ یَا غَالِبُ یَا فَاتِحُ نہایت کثرت روزانہ ہزاروں کی تعداد میں پڑھنے کو کہا چند ماہ میں میرا مسئلہ حل ہو گیا آپ گھر والے یہ پڑھیں۔ (خلیل الرحمٰن جٹ، رحیم یار خان)

☆ آپ اپنے داماد کے لئے یہ عمل کریں حٰمٓ لَا یُنْصَرُوْنَ دن رات پڑھیں۔ سخت تصور ہو۔ داماد کے گھر کے تمام افراد پڑھیں اور تسلی سے پڑھیں۔ کام ہو جائے گا۔ (مستری انتظار علی، ہڑپہ)

☆ اپنے بیٹے کے لئے سورۃ فلق مع تسمیہ 200 بار صبح اور سورۃ الناس 200 بار شام کو نہایت توجہ سے پڑھیں اور ایک روٹی پر دم کر کے روٹی بیٹے کو کھلائیں 90 دن ایسا کریں اس کے علاوہ سارا دن سورۃ الکوثر مع تسمیہ ہر وقت پڑھیں۔ (یاسمین فیصل آباد)

سوالات ماہ مئی

☆ چھینکوں سے ہر وقت واسطہ پڑتا ہے دن رات بس چھینکیں لینا ہی میرا کام ہے کسی پل چین نہیں آتا کئی سالوں سے یہ تکلیف ہے الرجی کے انجکشن لگوائے لیکن فائدہ نہیں ہوا عبقری کا کوئی قاری اس کا علاج بتائے۔ (جنید احمد، نواب شاہ)

☆ بچے سارا دن پڑھتے ہیں لیکن یاد نہیں ہوتا ہر وقت طبیعت میں یہی افسوس رہتا ہے کہ بچوں کا کیا بنے گا عقل نام کی چیز ان کے اندر نہیں بس کوئی عمل وظیفہ دوا ئی مل جائے جس سے میرے بچوں کا مسئلہ حل ہو جائے خدا رسول کا واسطہ ہے کچھ کریں (عفت بتول، واہ کینٹ)

☆ مجھے کوئی ایسا عمل چاہئے کہ میں جنات کو دیکھ سکوں کیونکہ مجھے جنات سے ملنے اور دیکھنے کا بہت شوق ہے اگر کسی کے پاس یہ عمل ہو تو بخل نہ کریں ضرور بتائیں (عمارہ لاہور)

☆ میری بچی ہر وقت الٹی کرتی رہتی ہے 3 سال عمر ہے گرمی یا سردی ہر وقت جو بھی کھلائیں الٹی ہو جاتی ہے۔ بہت علاج کیے عرق سیرپ دیے لیکن افاقہ نہیں ہوا (فائزہ، خضدار)

☆ میرے والد ہمیں بہت ڈانٹتے تھے پھر ہم ان کی نافرمانی کرتے وہ ہر وقت سختی کرتے تھے نامعلوم کیا مسئلہ تھا وہ ہر وقت غصے میں رہتے تھے ان کی وفات ہوگئی۔ اب پچھتائے کیا ہوگا۔ کوئی عمل بتائیں یا طریقہ کہ والد ہم سے راضی ہو جائیں (اہل خانہ جہانیاں)

☆ تربوز کھانے سے ہمیشہ پیٹ میں گڑبڑ ہو جاتی ہے۔ کالی مرچ کالا نمک ہر چیز لگاتے ہیں لیکن پھر بھی فائدہ نہیں ہوتا کسی تدبیر یا کوئی گھریلو خاتون ترکیب بتائے۔ (عائشہ خانم ملتان)

تاریخ کا سبق

یہ تاریخ کا سبق ہے، مگر بہت کم لوگ ہیں جو اس تاریخ سے سبق حاصل کرتے ہیں۔ (مولانا وحید الدین خان)

سر تھامس رو (Sir Thomas Roe) سترہویں صدی عیسوی کے شروع میں لندن سے ہندوستان آیا اور یہاں تین سال (1615-1618) تک رہا۔ اس نے مغل حکمران جہانگیر سے تعلق پیدا کیا۔ دوسری اعلیٰ صفات کے ساتھ اس کی ایک صفت یہ تھی کہ وہ ترکی زبان جانتا تھا اور جہانگیر سے براہ راست گفتگو کر سکتا تھا۔ سر تھامس رو (1581-1644) جب ہندوستان آیا، اس وقت جہانگیر اجمیر میں تھا۔ تھامس رو اجمیر پہنچا اور تین سال تک یہاں رہا۔ جہانگیر کبھی کبھی اس کو اپنے دربار میں بلاتا اور اس سے ادھر ادھر کی گفتگو کرتا۔ تھامس رو نے اندازہ کیا کہ جہانگیر کو فن مصوری سے بہت دلچسپی ہے۔ اس نے ایک روز جہانگیر کی خدمت میں ایک تصویر پیش کی۔ جہانگیر کو یہ تصویر بہت پسند آئی۔ تھامس رو نے محسوس کیا کہ وہ جس وقت کا منتظر تھا، وہ وقت اب اس کے لئے آ گیا ہے۔ اس نے بادشاہ سے ایک ایسی چیز مانگی جو بظاہر بہت معمولی تھی۔ یہ چیز تھی، ہندوستان کے ساحلی شہر سورت میں فیکٹری (تجارتی ادارہ) قائم کرنے کی اجازت۔ بادشاہ نے ایک فرمان لکھ دیا۔ جس کے مطابق انگریز (ایسٹ انڈیا کمپنی) کو سورت میں اپنا تجارتی ادارہ قائم کرنے کی اجازت مل گئی۔

ہندوستان کے ایک شہر میں تجارتی ادارہ کھولنے کی اجازت بظاہر بہت معمولی چیز تھی۔ کیونکہ اس کے باوجود ہندوستان کا وسیع ملک مغل حکمراں ہی کے حصہ میں تھا۔ عظمت وشان اور قوت وطاقت کے تمام مظاہر پر اس کا قبضہ بدستور باقی تھا۔ مگر سورت میں تجارتی ادارہ قائم کرنا انگریز کو وہ راستہ دے رہا تھا جو بالآخر اس کو تمام دوسری چیزوں پر قبضہ دلا دے۔ چنانچہ انگریز نے اس کمتر چیز کو قبول کر لیا اور اس کے بعد تاریخ نے بتایا کہ جو کمتر پر راضی ہو جائے وہ آخر کار برتر پر بھی قبضہ حاصل کرنے میں کامیاب ہوتا ہے۔ یہ تاریخ کا سبق ہے، مگر بہت کم لوگ ہیں جو اس تاریخ سے سبق حاصل کریں۔

خونی قے

اگر قے میں خون آ رہا ہو تو پھول گوبھی کے پتوں کو پانی میں پیس کر چار گرام کی مقدار میں تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد استعمال کراتے رہیں۔ اگر بلغم تھوکنے میں خون کی سرخی نمودار ہو رہی ہو تو وہ بھی مندرجہ بالا نسخے سے ٹھیک ہو جاتی ہے۔ (مرسلہ:۔ چوہدری محمد احسان، وہاڑی)

پھٹے ہونٹوں کیلئے: شہد اور لیموں کے چند قطرے ملا کر صبح وشام ہونٹوں پر لگائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ فائدہ ہوگا

باکمال لوگ لاجواب نسخے

ذرا سے غم کے بادل آئیں تو عبقری کو پڑھتے ہی دکھ کے بادل چھٹ جاتے ہیں یہ ہم سے ہمارے غم لیکر بدلے میں خوشیوں کا نسخہ دیتا ہے

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں صفحے کے ایک طرف خوشخط لکھیں تحریر ہم سنوار لیں گے

میری آپ بیتی:۔ میرے پیٹ میں ہمیشہ میٹھا میٹھا درد رہتا تھا۔ فاقہ کرنے پر درد دور ہو جاتا لیکن دو چار دنوں کے بعد پھر شروع ہو جاتا۔ والد صاحب باہر گئے تھے اوران کے آنے میں دیر تھی۔ والدہ نے ایک حکیم کا علاج کرایا انہوں نے مجھے ہاضمے کی دوائی دی۔ کچھ وقت کیلئے تکلیف دور ہوئی لیکن پھر شروع ہوگئی۔ اسی طرح تین مہینے گزر گئے۔ پھر میں ایک بڑے ہسپتال گیا وہاں پیشاب اور خون کا ٹیسٹ کرنے کے بعد علاج شروع ہوا لیکن فائدہ نہ ہوا۔ وہاں سے دوسرے ہسپتال گیا وہاں بھی ایکسرے ہوئے اور ہر تین گھنٹے کے بعد سوئیاں لگتی تھیں مگر میری طبیعت زیادہ خراب ہوگئی۔ جی متلاتا، قے بھی ہونے لگی، درد بڑھتا گیا۔ اس طرح تین ہفتے گزر گئے۔ میری زندگی چراغ سحر کی مانند ہوگئی۔ ڈاکٹروں نے مشورہ دیا کسی پر فضا ماحول میں جاؤں۔ وہاں بھی ڈاکٹروں کو دکھایا۔ دوا منہ میں جاتے ہی قے ہونے لگی۔ آخر دوا چھوڑ کر خوراک پر توجہ دینے لگا۔ درد میں کمی بیشی چلتی رہی۔ کسی نے کہا پیٹ میں زخم ہیں۔ گھر والے گھبرا کر بڑے ہسپتال لے گئے۔ تجربہ کار سول سرجنوں نے آپریشن کیلئے بھرتی کرلیا۔ اس وقت میرے پیٹ میں زور کا درد ہوا۔ ہرے رنگ کی قے آئی۔ پاخانہ بند ہوگیا، سب گھر والے میری زندگی سے مایوس ہوگئے۔ آٹھ دن کے بعد اسی حالت میں ہسپتال سے نکال دیا گیا۔ کہا گیا کہ آپریشن سے پہلے ہی لڑکا مر جائے گا۔ آپریشن ہونا ممکن نہیں ہے کیونکہ مریض بہت کمزور ہوگیا ہے۔ آپریشن ملتوی کرکے ہوشیار ڈاکٹروں کے مشوروں سے کھائی جانے والی دواؤں کی فہرست بنی۔ آخر والد صاحب گھر لے آئے اور اپنا قدیمی علاج شروع کیا۔ غسل کا ٹب گھر میں تھا والد صاحب کی ہدایت پر دن میں تین بار پانی میں بیٹھنے لگا۔ والد صاحب مجھ سے پوچھتے طبیعت کیسی ہے؟ میں رونے لگتا۔ والد صاحب کہتے دوائی کھانے سے تمہاری یہ حالت ہوئی ہے۔ تین چار دن کے بعد درد کم ہونے لگا، کچھ کچھ نیند بھی آنے لگی۔ میں سنگترے کا رس لینے لگا۔ لگ بھگ 15 بیس دنوں میں درد مٹ گیا۔ بھوک چمکی، اب دودھ بھی ہضم ہونے لگا۔ اس کے بعد مجھے یہ تکلیف دوبارہ نہیں ہوئی ہے۔ اللہ کا شکر ہے۔ (اشتیاق احمد زرگر، سکھر)

باکمال لوگ لاجواب نسخے:۔ ذرا سے غم کے بادل آئیں تو عبقری کو پڑھتے ہی دکھ کے بادل چھٹ جاتے ہیں۔ یہ ہم سے ہمارے غم لیکر بدلے میں خوشیوں کا نسخہ دیتا ہے۔ جب عبقری کی بات ہورہی ہو تو قلم رکتا ہی نہیں۔ یہ خود ہی سب کچھ لکھتا چلا جاتا ہے۔ یہ کسی تعارف کا محتاج نہیں۔ اسکا تعارف تو ہر وہ فرد ہے جس نے عبقری پڑھا۔ یہ تو مسیحا ہے آج تک اس سے بہت کچھ لیا ہے، لیتی ہوں اور حاصل کرتی رہوں گی (انشاء اللہ) لیکن اسے کچھ بھی دیا نہیں۔ آج مجھے بھی خوشی ہورہی ہے کہ میں بھی اسے کچھ دینے آئی ہوں۔ ہمارے ساتھ اکثر جلنے کے حادثات پیش آتے ہیں۔ بے خبری میں ایسا ہوتا ہے۔ جب ایسا حادثہ پیش آتا ہے تو اکثر خواتین بوکھلا جاتی ہیں۔ ان کا ذہن جو تیزی سے کام کرتا ہے۔ وہ کہتی ہیں کہ جلے ہوئے حصے پر ٹھنڈا پانی ڈال دو۔ جبکہ پانی کا جلے ہوئے حصے پر استعمال کرنے سے دوسری وہ بیماری بھی مول لے لیتی ہیں۔ جل جانے کا علاج لکھ رہی ہوں۔ ایک واقعہ اور تجربہ بھی حاضر ہے۔ یہ نسخے، یہ تجربات میرے پاس بھی مخلص افراد کی وجہ سے آئے، ان نسخہ جات کو آگے پہنچانا نیکی ہے اور اللہ ان افراد کی مغفرت فرمائے جنہوں نے تاکید کی کہ یہ نسخے استعمال کرکے آگے پہنچا دینا تو عبقری سے بہتر کوئی پرچہ نہیں جو آگے پہنچا سکے۔

(ا) چائے کی خالص پتی:۔ بازار میں جو کھلی پتی بکتی ہے وہ لیں۔ کلونجی 1 تولہ روغن زیتون اٹلی کا بازار میں پیک آتا ہے وہ لے لیجئے گا۔ چائے کی پتی بہت باریک نہ لیں اور ململ کے کپڑے میں چھان لیجئے۔ کلونجی باریک پیس لیں دونوں کو ملا لیں روغن زیتون پہلے جلے ہوئے حصے پر روئی سے لگا لیجئے گا۔ نمک دانی خالی لے لیں اور اس میں چائے کی پسی ہوئی پتی اور کلونجی ڈالئے اور جلے ہوئے حصہ پر چھڑک دیں۔ اتنی چھڑکئے کہ جلا ہوا حصہ ڈھک جائے۔ جلنے کے بعد نشان بھی نہیں رہے گا۔ پانی سے محتاط رہیں۔ جلے ہوئے حصے پر پانی نہ لگائیں۔ انشاء اللہ بہت جلد اللہ شفا دے گا۔ ہر روز پہلی پٹی اتار کر نئی لگائیں۔ چوبیس گھنٹے کے بعد نئی پٹی لگائیں۔ درود پاک گیارہ مرتبہ ضرور پڑھیں۔

واقعہ:۔ ایک مرتبہ ایک قریبی رشتہ دار کا تین ماہ کا بچہ دودھ کے پتیلے میں گر گیا۔ پتیلے میں دس کلو دودھ تھا کیونکہ ان لوگوں کا ہوٹل تھا۔ دودھ ابال کر صحن میں ٹھنڈا ہونے رکھ دیا۔ گرمی کے دن تھے۔ بچہ بھی قریب چار پائی پر سویا ہوا تھا بچے نے کروٹ لی تو دودھ کے پتیلے میں گر گیا اس خاتون نے فوراً راقمہ سے رابطہ کیا۔ پہلے روغن زیتون لگایا۔ کھال پوری جل چکی تھی اس وقت کی بچے کی کیفیت بتانے سے قاصر ہوں۔ روغن زیتون لگانے کے بعد اس پر پتی اور کلونجی چھڑکی۔ مستقل صحت یاب ہونے میں اس کو دو ہفتے لگے لیکن بچے کے جسم پر جلنے کا کوئی نشان نہیں تھا۔ حتیٰ کہ چہرہ بھی بالکل ٹھیک تھا۔ دو ڈبے چھوٹے روغن زیتون کے استعمال ہوئے اور پندرہ ڈبے چائے کی پتی کے۔ اگر آپ ہسپتال جائیں تو سب سے پہلے ڈاکٹر وہ جلی ہوئی کھال قینچی سے کاٹتے ہیں جو کہ بے حد تکلیف دہ اور خوفناک عمل ہوتا ہے۔ بیرون ممالک کی دوائیں اور ٹیوب استعمال کرنے کو دیتے ہیں۔ اگر ہماری خواتین حکماء کی کتب کا مطالعہ کریں اور اس پر عمل کریں تو میں یقین سے کہتی ہوں کہ ہسپتال خالی ہو جائیں گے۔ زخم پر بھی یہ دوا اسی طریقے سے استعمال کریں۔ زخم ٹھیک ہو جائیں گے اگر کسی چوٹ سے زخم ہو یا جیسا بھی زخم ہو (انشاء اللہ) ٹھیک ہوگا۔ اکثر پانی میں رہنے سے پاؤں کی انگلیوں میں انفیکشن ہو جاتا ہے۔ انگلیوں کے بیچ میں یہ لگالیں ٹھیک ہو جائے گیں۔ گرمیوں میں اکثر خواتین کو الرجی ہو جاتی ہے وہ یہ نسخہ استعمال کریں کیونکہ الرجی کی ٹیوب مہنگی آتی ہیں۔ گھر بیٹھے یہ نسخے استعمال کریں۔

تجربہ:۔ راقمہ کا ایک مرتبہ گرم گھی گرنے سے بازو جل گیا تھا۔ مندرجہ بالا نسخہ استعمال کیا اور دو دن میں ہی بازو ٹھیک ہوگیا، نشان ختم ہوگیا۔ یقین کے ساتھ کریں۔ ایک ہی نسخہ ارسال خدمت ہے۔ عبقری میں لکھنے والے زیادہ ہیں اس لئے باقی افراد کا بھی حق ہے۔ (ام ابوذر، بہاولنگر)

آنکھوں میں موتیا اترنے کیلئے

آنکھوں سے پانی آتا ہو یا موتیا اتر رہا ہو تو جامن کی گٹھلیوں کو خشک کرکے باریک پیس کر رکھ لیں۔ 3 ماشہ صبح و شام پانی سے کھلائیں۔ جامن کی گٹھلی پیس کر ہموزن شہد میں ملا کر رکھ لیں صبح و شام سرمچو سے آنکھوں میں لگائیں۔ لوگ کہتے ہیں موتیا جب اترنا شروع ہوتا ہے تو پھر رکتا نہیں یہ آسان سی دوا لوگوں کے اس خیال کو غلط ثابت کردیگی (انشاء اللہ)۔ (عمران، لیہ)

عبقری 34 **اصل دوست:**۔ سچا دوست وہ ہے جو تین باتوں کا خیال کرے۔ مصیبت میں ہمدردی، غیر حاضری میں حفظ ناموس اور مرنے کے بعد ذکر خیر۔

ظالم کیلئے قدرت کا فیصلہ

محمد حسین رضا، جہانیاں

ایک ظالم زمیندار جس نے اپنی جھوٹی انا کی خاطر ایک بچی کو اپنی باندی بنا لیا اور پھر اس کے گھر والوں (بوڑھی نانی) کو ذلیل کیا

یہ واقعہ ہمارے علاقہ کے ایک بڑے زمیندار جن کا ہم سے خاندانی تعلق ہے، کا ہے۔ تین دفعہ پنجاب اسمبلی کے ممبر بنے ہیں۔ یہ واقعہ دس بارہ سال پہلے کا ہے۔ ان کی رہائش لاہور میں تھی۔ اپنے علاقے کی ایک غریب بچی کو انہوں نے گھر میں خادمہ رکھا ہوا تھا۔ چھوٹی بچی جو کافی عرصہ سے اپنے والدین کو ملنے گھر نہیں گئی تھی۔ اس کے عزیزوں میں شاید کوئی شادی وغیرہ کی تقریب تھی اس لئے اس بچی کی نانی اسے لینے کیلئے لاہور آئی تو ملک صاحب نے بچی کو گھر بھیجنے سے انکار کر دیا۔ کافی منت سماجت کی مگر موصوف نہ مانے تو اس کی نانی نے کہا کہ میں نے نوکری نہیں کروانی۔ بچی کو زبردستی ساتھ لانے لگی تو ملک صاحب نے راستہ روک لیا۔ وہ بچی کو اوپر والی منزل سے ساتھ لا رہی تھی۔ راستہ روکنے پر اس عورت نے ملک صاحب کو دھکا دیا۔ جسم کافی بھاری تھا، لڑکھڑا کر گر پڑے اور ٹانگ ٹوٹ گئی مگر دوسرے ملازموں کی مداخلت سے بچی کو نہ جانے دیا۔ مجبوراً اس لڑکی کی نانی نے پولیس سے رجوع کیا۔ بڑا آدمی ہونے کی وجہ سے اس عورت کی بات کسی نے نہ سنی تو اس نے عدالت عالیہ میں درخواست بھیج دی اور اخبارات کے دفتر میں بھی جا کر اپنی کہانی سنائی۔ عدالت کی مداخلت پر پولیس کو کارکردگی دکھانی پڑی۔ یوں پولیس بچی کو ڈھونڈنے لگی۔ اس عورت نے بھی کمر کس لی اور جہاں کہیں پتہ چلتا وہاں ہی پولیس کو لے کر جاتی۔ ملک صاحب ہر روز نئی نئی جگہ پر بچی کو چھپاتے رہے۔ کمال دلیری سے وہ اکیلی عورت بھی کوشش میں لگی رہی۔ اسی دوران بی بی سی لندن والوں کو بھی واقعہ کا علم ہوا تو انہوں نے بھی خصوصی طور پر اس واقعہ کو اپنی رات کی نشریات میں شامل کیا یوں سرکاری طور پر بھی بچی کو ڈھونڈنے میں تیزی آگئی۔ آخر کار کئی مہینوں کی کوشش کے بعد اس بچی کی نانی نے سکھر سے اس بچی کو بازیاب کروایا۔ وہ لوگ اتنے غریب تھے کہ لاہور تک کا کرایہ بھی مشکل تھا۔ لوگوں سے مدد مانگ کر اس کام میں لگی رہی۔ عدالتی یا انتظامی طور پر تو ملک صاحب کو کچھ نہ ہوا مگر اللہ کی طرف سے سزا شروع ہوگئی۔ انہوں نے اپنی زمین ٹھیکہ پر دی ہوئی تھی ٹھیکیدار بیچارے نے رات کے وقت گندم تھریشنگ کر کے رکھی تھی کہ راتوں رات ملک صاحب نے اٹھوا لی اور کسی بیوپاری کو بیچ دی۔ مطالبہ پر دھمکیاں دینے لگے۔ بات دھمکیوں سے آگے بڑھی تو ملک صاحب موصوف نے ان ٹھیکیداروں پر چوری کا الزام لگایا کہ میری والدہ کے گھر انہوں نے چوری کی ہے جبکہ خلق خدا کی زبان پر یہ بات تھی کہ ملک صاحب چونکہ بھوکے ہیں۔ انہوں نے خود چوری کروائی ہے ورنہ ان کے ہاں آنا چوروں کی جرأت نہیں ہے۔

ایک بات اور عرض کروں کہ 1988 کے الیکشن میں موصوف نے ایک معروف جگہ پر تین مرلہ سکیم کے نام سے پوری کالونی کو بیچا اور لوگوں سے فائلوں کے عوض بہت رقم کمائی۔ اس وقت ان کے پاس بڑی لمبی لمبی گاڑیاں ہوتی تھی اور آج کل سائیکل پر ہوتے ہیں۔ کچھ معززین نے ٹھیکیداروں کے ساتھ معاملہ طے کروایا کہ جتنے عرصے کا ٹھیکہ ادا کیا ہے وہ فصل کاشت کریں جب کپاس کی فصل تیار ہوگئی تو ملک صاحب پھر زبردستی چنوائی کروانے لگے۔ وہاں پر جھگڑا ہوا۔ ان کی فائرنگ سے ٹھیکیداروں کا آدمی زخمی ہوا۔ انہوں نے پرچہ درج کروایا، ملک صاحب حوالات سے ہوتے ہوئے جیل چلے گئے۔ تین چار ماہ تک ضمانت نہیں ہو رہی تھی۔ ہر پندرہ دن بعد پولیس جوڈیشل ریمانڈ کیلئے لاتی کچھ لوگ دیکھ کر ہنستے اور کچھ سنجیدہ لوگ اللہ کا عذاب سمجھ کر توبہ کرتے۔ آخر کار پھر چند معززین علاقہ نے صلح کروائی اور ان کی ضمانت ہوئی۔

ایک دفعہ مجھے انہوں نے کسی کام کیلئے ڈیرے پر بلایا۔ جب میں وہاں گیا تو ڈیرے کی حالت دیکھ کر بہت افسوس ہوا کہ ایک وہ وقت تھا جب رات دن وہاں لوگوں کا ہجوم رہتا تھا اور ایک یہ دن کہ بلا مبالغہ کم از کم ایک مہینہ سے ڈیرے میں کسی نے جھاڑو نہیں دیا ہوگا۔ جو لوہے کی کرسیاں اور چارپائیاں بیٹھنے کیلئے پڑی تھیں۔ ان پر کتے بیٹھے ہوئے تھے۔ اطلاع کرنے پر ملک صاحب تشریف لائے۔ باتوں کے دوران انہوں نے اپنے ملازم کو کہا کہ جاؤ بنیادی مرکز صحت سے پتہ کر کے آؤ کہ ڈاکٹر آگیا ہے یا نہیں۔ پھر خود ہی کہنے لگے کہ بچے شرارتوں سے باز نہیں آتے۔ کل ابراہیم گھر کی چار دیواری پر چڑھ کر دوڑ رہا تھا

پیاز فطرت کی بیاض

تحلیل اورام کے لئے پیاز کو بھوبھل میں رکھ کر نیم گرم حالت میں مقام ماؤف پر باندھنے سے شفا ہوتی ہے۔

عربی بصل	فارسی پیاز	سندھی بصر	انگریزی Onion

(مرسلہ: بیگم احسن قریشی)

پیاز دنیا بھر میں مشہور سبزی ہے۔ روزمرہ استعمال میں آنے کی وجہ سے ہر کوئی اس سے بخوبی واقف ہے۔ اس کی چند اقسام ہیں۔ ہر قسم کی تاثیر یکساں ہے۔ عام طور پر سفید اور سرخ رنگوں میں یہ قدرت کا ایک انمول عطیہ ہے۔ اسے سالن پکاتے وقت مصالحہ کی جگہ استعمال کیا جاتا ہے۔ بطور اچار سرکہ میں ملا کر استعمال کیا جاتا ہے۔ چٹنی بھی تیار کی جاتی ہے اور سلاد کے طور پر بھی کھایا جاتا ہے۔ پیاز کے تخم سیاہ رنگ کے اور نہایت چھوٹے چھوٹے ہوتے ہیں۔ پیاز اور تخم پیاز دواء میں مستعمل ہیں۔ پیاز میں پروٹین، نمکیات، فاسفورس اور وٹامن بی، ای اور جی ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج گرم اور خشک ہوتا ہے۔ دراصل پیاز اللہ کی وہ نعمت ہے کہ جب قوم بنی اسرائیل من وسلویٰ کھاتے کھاتے اکتا گئی تو اس نے حضرت موسیٰ علیہ السلام سے پیاز، مسور اور لہسن کی تمنا کی تھی۔ شروع شروع میں پیاز کی اہمیت سے لوگ آگاہ نہ تھے۔ مگر جب تحقیق کے بعد پیاز میں وٹامن ج کا پتہ چلا تو اسے مفید عالم اور کامیاب غذا بھی قرار دیا گیا۔ کچی شکل میں پیاز سبزی کے طور پر پکایا جاسکتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک دو تولہ ہے۔

علم طب کے پرانے حکماء نے پیاز کے بے شمار فوائد تحریر کئے ہیں۔

1- تحلیل اورام کے لئے پیاز کو بھوبھل میں رکھ کر نیم گرم حالت میں مقام ماؤف پر باندھنے سے شفا ہوتی ہے۔

2- بے ہوشی کی حالت میں پیاز کاٹ کر اس کی تیز بو مریض کو سنگھائیں ہوش میں آجائے گا۔ خصوصاً اختناق الرحم کے مریضوں کے لئے مفید ہے۔

3- احتباس بول وحیض میں پیاز کو پانی میں جوش دیکر استعمال کرایا جاتا ہے۔

4- پیاز کا رس اور شہد چٹانے سے سعال شعبی میں آرام ہوجاتا ہے۔

5- ہیضہ میں پیاز کے پانی (25 ملی لیٹر) کو 1 تولہ چونے کے پانی کے ہمراہ استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ (بقیہ صفحہ 32)

ہر کام میں اللہ کی مدد: یَا مُقْتَدِرُ 20 بار جو نیند سے بیدار ہوکر پڑھ لیا کرے گا اس کے ہر کام میں مدد الٰہی عَزَّوَجَلَّ شامل رہے گی

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کیلئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

حافظے کی قوت

میری عمر اکیس سال ہے۔ یوں تو میری یادداشت اچھی ہے لیکن راستے یاد نہیں رہتے۔ علاوہ ازیں انگریزی کا کوئی لمبا جملہ پڑھ لوں یا سن لوں تو دوہرا نہیں سکتا اگرچہ اس کے معنی بھی سمجھ لوں۔ میرا ذہن منتظر الخیالی میں مبتلا رہتا ہے۔ بہت قنوطی واقع ہوا ہوں۔ اعتماد کی کمی بھی محسوس کرتا ہوں۔ صحت بھی اچھی نہیں ہے۔ ان حالات کو سامنے رکھتے ہوئے کوئی ورد کوئی مشق وعمل بتائیں تاکہ میں اپنے مسائل پر قابو پالوں۔ (خالد، حیدرآباد)

جواب: انسان بعض باتیں یاد نہیں رکھ سکتا لیکن بعض باتیں اچھی طرح یاد رہتی ہیں۔ یہ حافظہ کے کام کرنے کا ایک انداز ہے۔ اسے کمزور تصور نہ کریں اور پریشانی ذہن سے نکال دیں۔ جن باتوں میں حافظے کی کمزوری محسوس کرتے ہیں اسے کسی نوٹ بک میں اشاروں کی مدد سے نوٹ کرلیں تاکہ حافظہ کو مدد حاصل ہو جائے۔ صحتؒ حافظے کی قوت میں اضافے اور ذہنی کارکردگی بڑھانے کیلئے علی الصبح سانس کی مشق بہت مفید و مؤثر ثابت ہوگی۔ آرام دہ نشست میں بیٹھ کر کمر سیدھی کرلیں اور آنکھیں بند کرلیں۔ آہستگی سے سانس اندر لیں اور جب سانس پورا ہو جائے تو ایک بار یَارَبِّ الرَّحِیۡمُ پڑھ کر باہر نکالیں۔ یہ عمل مسلسل کرتے رہیں لیکن پوری توجہ سانس کے عمل پر قائم رکھیں۔ مشق صبح ناشتہ سے نصف گھنٹہ پہلے اور کم از کم دس منٹ کی جائے۔

خوف کے سائے

دو سالوں سے ڈر، خوف اور بے چینی کا شکار ہوں۔ شروع میں نظام ہضم میں خرابی نے طبیعت پر برا اثر ڈالا۔ پھر آہستہ آہستہ اس بے چینی نے خوف کی شکل اختیار کرلی۔ اب حال یہ ہے کہ گھر سے باہر بازار تک جانا مشکل ہوگیا ہے۔ اکیلے کہیں بھی نہیں جاسکتا۔ دن رات خوف اور بے چینی کے سائے میرے اوپر چھائے رہتے ہیں۔ خود کو لاکھ سمجھاتا ہوں۔ مختلف اوراد و اسماء بھی پڑھتا ہوں لیکن خوف پیچھا نہیں چھوڑتا۔ مادی اور روحانی علاج دونوں کروائے لیکن کوئی اثر نہیں ہوا۔ (عزیز الرحمٰن، لاہور)

جواب: ایک کاغذ پر خوشخط اسم ذات لکھ لیں۔ رات کو سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد اسم ذات کو دس پندرہ منٹ تک پوری توجہ سے دیکھا کریں۔ صبح وشام دو کھجوروں پر هُوَالرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمُ اکیس اکیس بار دم کر کے کھالیا کریں۔ رات کو اسم ذات کا عمل کرنے کے بعد بستر پر لیٹ جائیں۔ سانس آہستہ سے اندر لیں اور ایک بار یَاحَفِیۡظُ پڑھ کر باہر نکال دیں۔ پانچ سے دس منٹ کے بعد سو جائیں۔

بدحالی

خوشحالی بدحالی میں بدل گئی ہے۔ کاروبار ختم ہوگیا ہے۔ والد اور بھائی تمام دن دکان پر ہاتھ دھرے بیٹھے رہتے ہیں۔ آمدنی ختم ہوتی جارہی ہے۔ ہم بھائی بہن ابھی پڑھ رہے ہیں۔ تعلیم کے اخراجات بمشکل پورے ہوتے ہیں۔ والد اور بڑے بھائی میں اختلافات رہتے ہیں۔ بھائی والد سے ادب کے ساتھ پیش نہیں آتا۔ والد جو بات کہیں ان کے خلاف کرتا ہے۔ بہن کے رشتے میں بھی رائے کا اختلاف ہوگیا ہے۔ والدہ بیمار رہنے لگی ہیں اور بہنوں کے رشتے کیلئے ہروقت پریشان رہتی ہیں۔ (عائشہ، لیہ)

جواب: والد اور بھائی سے کہیں کہ وہ نماز فجر سے پہلے دو رکعت نماز گھر میں ادا کریں اور تین بار آیت الکرسی پڑھ کر دعا کریں اور فرض نماز مسجد میں جاکر ادا کیا کریں۔ اس معمول پر عرصہ دراز تک عمل پیرا ہیں۔ والد اور بھائی کے اختلافات کی وجہ اپنے فیصلوں پر حد درجہ اصرار ہوسکتی ہے۔ اس معاملے میں دونوں کو لچک اختیار کرنی چاہیے۔ پانی یا کسی مشروب پر صبح سورج نکلنے سے پہلے سو بار یَاوَدُوۡدُ دم کر کے دونوں کو کسی بھی طرح پلادیں۔ جہاں سے یہ حضرات پانی پیتے ہیں مثلاً بوتلیں یا صراحی وغیرہ، ان پر بھی دم کیا جاسکتا ہے۔ بہنوں سے کہیں کہ وہ رشتوں کیلئے نماز عشاء کے بعد اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ سورۂ اخلاص اکتالیس بار پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کیا کریں۔ اس وظیفے پر کم از کم تین ماہ تک عمل کیا جائے۔

نماز کے دوران

میرا ذہن ہروقت متحرک رہتا ہے۔ اس طرح کہ ہر چیز کے بارے میں بہت زیادہ خیالات آتے ہیں۔ ہر معاملے میں منفی خیال پہلے آتا ہے۔ نماز کے دوران بھی الٹے خیالات آنے لگتے ہیں۔ لوگوں کو کامیاب اور خوش دیکھ کر بھی میرے اندر کوئی جذبہ بیدار نہیں ہوتا۔ وضو بار بار ٹوٹ جاتا ہے اور نماز کے دوران بھی یہ مسئلہ درپیش رہتا ہے۔ (حشمت اکرام، مظفرگڑھ)

جواب: روزانہ رات کو سونے سے پہلے دعا مانگنے کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر سات بار یَااَللّٰهُ یَاحَفِیۡظُ یَابَدِیۡعُ یَابَدِیۡعُ الۡعَجَائِبِ بِالۡخَیۡرِ یَابَدِیۡعُ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ اس طرح سات بار کیا جائے۔ نماز فجر کے بعد افق پر نمودار ہونیوالی روشنی کو چند منٹ دیکھتے ہوئے تین بار سورۂ اخلاص پڑھ لیا کریں۔ ان دونوں وظائف پر کم از کم چالیس دن عمل کریں۔

برص کے لئے اکسیر نسخہ

یہ نسخہ آج سے چند برس بیشتر شائع ہوا تھا۔ بھیجنے والے کا کہنا ہے کہ وہ عرصہ بیس سال سے یہ نسخہ برص کے مریضوں پر آزمارہے ہیں اور فی سبیل اللہ دیتے ہیں۔ نسخہ یہ ہے: حنا 200 گرام، جڑ حنا 55 گرام پیس لیں۔ پھر شہد ڈال کر اچھی طرح ہاون دستہ میں کوٹ لیں۔ جب ادویات یکجان ہو جائیں تو چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ خشک ہونے پر محفوظ کرلیں ایک گولی صبح ایک شام کھانے کے بعد پانی سے نگل کر چائے پی لیں۔ اگر پہلے ہفتے میں پیچش کی شکایت ہو جائے تو روزانہ ایک گولی استعمال کریں۔ دو ماہ میں اس مرض سے نجات مل جاتی ہے۔ (مرسلہ: محمد احمد، لاہور)

بے دلی

بے دلی غالب آتی جارہی ہے۔ کسی کام میں جی نہیں لگتا۔ پہلے یہ حال نہ تھا۔ نماز کی ادائیگی اور تلاوت میں لذت محسوس کرتی تھی لیکن اب یہ حال نہیں ہے۔ امتحان سر پر آگئے ہیں لیکن کتاب اٹھانے کو جی نہیں چاہتا۔ حالانکہ میری خواہش ہے کہ اعلیٰ تعلیم حاصل کروں۔ عجب سی بے حسی طاری ہوگئی ہے۔ کسی بات کا اثر نہیں ہوتا۔ بھولنے کی کمزوری بھی زیادہ ہے۔ والد صاحب بیرون ملک ہیں۔ ہم بہن بھائیوں میں تلخیاں بھی بڑھ گئی ہیں۔ والدہ سمجھاتی ہیں لیکن کوئی ان کی بات نہیں مانتا۔ سب من مانی کرتے ہیں۔ گھریلو حالات خراب ہوتے جارہے ہیں۔ (الف' مری)

جواب: نماز فجر کے فوراً بعد ایک سو ایک بار یَارَحِیْمُ اور اسی تعداد میں اسم یَاوَارِثُ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے آرام دہ حالت میں بیٹھ کر آہستگی سے سانس اندر لیں اور ایک بار یَارَحِیْمُ پڑھ کر باہر نکال دیں۔ اس طرح دس منٹ کرنے کے بعد سو جائیں۔ والدہ سے کہیں کہ وہ روزانہ رات کے وقت بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ایک سو ایک بار تین ماہ تک پڑھیں۔

گھر میں جھگڑا

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے سات بھائی ہیں۔ ابو آج سے تقریباً 18 سال پہلے فوت ہو گئے ہیں۔ امی ضعیف ہیں اور اس بڑھاپے میں وہ میرے بھائیوں کی خواہ مخواہ کی ناچاقی اور جھگڑوں کی وجہ سے بے حد پریشان ہیں۔ کبھی ایک بھائی اور کبھی دوسرا، عورتوں کی لگائی بجھائی سے شور شرابہ شروع کر دیتا ہے اور ایک دوسرے کے گلے پڑ جاتے ہیں۔ جس کی وجہ سے میرے دو چھوٹے بھائی، میں اور امی بے حد پریشان ہیں۔ پتہ نہیں کیا وجہ ہے؟ میرے بھائی پہلے ایسے نہ تھے۔ مجھے لگتا ہے کہ ہمارے پورے گھر میں یعنی سارے بہن بھائیوں پر کچھ ایسا اثر ہے کہ سب پریشان اور بے سکون ہیں۔ بھائیوں کی بیویاں جو غلط صحیح کہہ دیں، وہ حرف آخر بن جاتا ہے۔ جیسے انسان اندھا ہو جاتا ہے۔ اپنی' اپنے خاندان کی عزت' ماں کا احترام' کسی بات کا کوئی خیال نہیں۔ از راہ کرم کوئی ایسا ورد بتائیں جو کہ میری امی اور دو بھائی (جو ہمارے کہنے کا اثر لیتے ہیں) پڑھیں اور اللہ بھائیوں میں اتفاق لائے اور ان کا آپس میں گھر جائیداد وغیرہ کا فیصلہ خوش اسلوبی سے ہو جائے۔ (مسز اکبر سلطان)

جواب: بہن برداشت کرنا، بعض اوقات یہی مسائل کا بہترین حل ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ آپ سورۃ فاتحہ 70 بار مع تسمیہ نماز فجر کے بعد نہایت دھیان اور توجہ سے اپنے مسائل کا تصور کر کے پڑھیں اور اپنے بھائیوں اور بھابیوں کا تصور کر کے ان کے دل پر پھونک دیں۔ کم از کم 90 دن کریں۔

طریقہ استخارہ اور خواب

میرا گھریلو مسئلہ ہے۔ خاوند کے ساتھ ناچاقی ہے۔ شادی کو گیارہ سال گزر چکے ہیں۔ خاوند میں نقص کی وجہ سے تاحال اولاد جیسی نعمت سے محروم ہوں۔ استخارہ کب کرنا چاہیے؟ استخارہ کرنے کیلئے کون سی سورتیں پڑھنی چاہئیں اور کس طرح۔ براہ کرم ذرا تفصیل سے بتا دیجئے۔ (ایک بہن از اسلام آباد)

جواب: آخر خاوند ساتھ رکھنے کو کیوں تیار نہیں؟ کیا اس میں اور آپ کے مزاج میں سختی کا عمل تو نہیں۔ اگر ایسا ہے تو نرمی اختیار کریں۔ مزید آیت کریمہ 1100 بار صبح و شام پڑھیں اور خاوند کا تصور کریں اور اس کے دل پر ہر 100 بار کے بعد پھونک ماریں۔ یہ عمل 40 دن' حد 90 دن کریں۔ جن جائز کاموں میں تردد ہو کہ یہ کروں یا وہ کروں تو ان کے درمیان استخارہ کیا جاتا ہے۔ مثلاً دو کاروباروں میں تردد ہے یا دو جگہ شادی میں تردد ہے نیز کسی ایک جگہ کوئی کام کرنے میں تردد ہے یا اطمینان قلب مقصود ہے تو استخارہ کیا جاتا ہے۔ اس کیلئے بہشتی زیور میں تفصیلی طریقہ موجود ہے البتہ ایک آسان طریقہ یہ بھی ہے کہ ایک سو ایک دفعہ "اَلْمُھَیْمِنُ" مقصد کے تصور کے ساتھ پڑھ کر سو جائیں انشاء اللہ خواب میں واضح اشارہ مل جائے گا۔ سورۂ حشر کی آیت نمبر 23 میں یہ اسم باری تعالیٰ موجود ہے دیکھ کر صحیح تلفظ ادا کیا جائے۔ عمل کی مدت سات دن ہے۔

ٹیومر کا علاج

حکیم صاحب! میری بیٹی جس کی عمر اب 3 سال 4 مہینے کی ہے۔ جب یہ 9 ماہ کی تھی تو اس کی دائیں آنکھ اور ناک کی ہڈی کے درمیان ایک گلٹی سی نمودار ہوئی۔ جب ڈاکٹروں کو چیک کروایا تو انہوں نے کہا کہ یہ ٹیومر/پولپ ہے اور جب یہ بڑی ہوگی تو اس کا آپریشن کروانا ہوگا۔ حکیم صاحب میں نے اس کا کوئی ایک سال سے زیادہ ہومیو پیتھک کا علاج بھی کروایا ہے لیکن کوئی خاص کمی محسوس نہیں کی ہے۔ (زیتون خانم.....گوجرہ)

جواب:۔ زیتون کا تیل لیکر اس پر ایک ہزار ایک مرتبہ سورۃ الکافرون پڑھیں اور ہر نماز کے بعد یہ تیل لگائیں۔ 40 دن حد 90 دن استعمال کریں اور پھر بتائیں۔

"آخری اور یقینی سفر"

ٹکٹ: مفت، سیٹ: محفوظ، مسافر کا نام: عبداللہ ابن آدم، عرضیت: انسان، شناخت: مٹی، پتہ: روئے زمین "سفر کی تفصیلات" روانگی: از دنیا، منزل: آخرت، مدت سفر: چند ثانیے اور چند لمحوں کیلئے، دو میٹر زیر زمین پرواز، پرواز کا وقت: وقت اجل، ریزرویشن: 100 فیصد یقینی "ضروری ہدایات" تمام مسافران سے درخواست ہے کہ وہ ان لوگوں کو اپنی نظر میں رکھیں جو ان سے پہلے آخرت کی طرف سفر کر چکے ہیں۔ مزید تفصیلات کے لئے قرآن و حدیث کا بغور مطالعہ کریں اور ان پر عمل کریں اگر کچھ سوالات درپیش ہوں تو جواب کیلئے محقق علماء سے رجوع کریں۔ "سامان سفر کی تفصیلات" ہر مسافر اپنے ساتھ پانچ میٹر سفید لٹھا اور تھوڑی سی روئی لے جا سکتا ہے۔ یاد رہے آپکے کام آنیوالا سامان صرف نیک اعمال، صالح اولاد اور وہ علم جس سے بعد میں دوسرے لوگ نفع حاصل کر سکیں۔ اس کے علاوہ سامان سفر ساتھ لانے کی کوشش کی گئی تو اسکے ذمہ دار آپ خود ہونگے۔ "تمام مسافران سے درخواست ہے" کہ وہ پرواز کے لئے ہر وقت تیار رہیں۔ پرواز سے متعلق معلومات کے لئے قرآن وحدیث سے راہنمائی حاصل کریں اور مزید برآں روزانہ پانچ وقت اللہ کے گھر کی حاضری ضروری ہے۔ آپکی سہولت کیلئے دوبارہ عرض ہے کہ آپ کی سیٹ ریزرو (Reserve) ہو چکی ہے اس سلسلے میں دوبارہ کسی کنفرمیشن کی ضرورت نہیں۔ امید ہے آپ سفر کیلئے تیار ہونگے۔ ہماری نیک تمنائیں اور دعائیں آپ کے ساتھ ہیں اللہ ہمارا حامی و ناصر ہو! آمین۔ کاوش: ابن آدم

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

صدقہ، دعا اور زکوٰۃ:۔ صدقہ دے کر اپنے ایمان کا انتظام کرو اور زکوٰۃ دے کر مال بچاؤ اور دعا سے بلاؤں کے طوفان دھکیل دو۔

زیورات کی چوری اور جنات

بی اے رضا، سندھ

شروع شروع میں جب ان پر جن صاحب کا قبضہ ہوا ان کی عمر 30 سال کے لگ بھگ تھی۔ ابتدا میں چھوٹی موٹی حرکتیں ہوتی تھیں پھر دس سال تقریباً اسی آنکھ مچولی میں گزر گئے۔ دنیا جہاں کے ڈاکٹروں اور پیروں کو دکھایا گیا مگر ڈاکٹروں نے معذوری کا اظہار کر دیا۔

نواب شاہ میں ہمارا ایک گوٹھ ہے۔ اب تو بہت ترقی ہو چکی ہے، آج سے 20 سال قبل کوئی سہولت نہ تھی، بیماریوں کی تشخیص بھی نہ ہوتی تھی۔ کوئی بیمار ہو جاتا تو ڈاکٹر کے بجائے کسی مزار پر لے جایا جاتا یا پھر دم درود کا سہارا لیا جاتا تھا۔ میرا اس گوٹھ میں آنا جانا ہوتا تھا۔ ان لوگوں کی طرز زندگی پر انتہائی افسوس ہوتا تھا۔ وہاں اکثر کسی نہ کسی پر جن بھوت کا سایہ رہتا تھا۔ حوابی بی بھی ہماری رشتہ دار تھیں۔ بچپن سے انہیں مخصوص رنگ کے کپڑوں میں دیکھتے تھے۔ سنتے تھے کہ ان پر کسی جن کا سایہ ہے۔ ایک مرتبہ اتفاق سے میں وہیں موجود تھا جب جن کی آمد ہوئی۔ حوابی بی مردانہ آواز میں باتیں کر رہی تھیں۔ انہوں نے مشروب مانگا جو ان کے رشتہ داروں نے پہلے سے تیار کر کے رکھا ہوا تھا۔ سٹیل کی پرات میں نیم گرم پانی میں اپلوں کی راکھ گھول کر رکھی گئی تھی جو مشروب کے نام پر دی گئی۔ حوابی بی اس وقت لوگوں کے مسائل بھی حل کرتی تھیں۔ مثلاً فلاں کی بکری گم ہو گئی تو وہ بتاتیں کہ فلاں نے چرائی ہے۔ اس وقت بکری زندہ بھی ہے یا نہیں۔ بچہ گھر سے بھاگ گیا ہے، کہاں ہے، کس حال میں ہے، واپس آسکتا ہے یا نہیں۔ فلاں کو فلاں بیماری ہے، علاج ممکن ہے یا نہیں وغیرہ وغیرہ۔ اگرچہ میرا یقین ایسی باتوں پر ہرگز نہیں تھا مگر میں بھی اس ہجوم میں سب سے پیچھے چھپا کھڑا تھا جو اپنے مسائل لیکر حوابی بی کے پاس آیا تھا۔ حوابی بی کی چوٹی کسی ناگن کی طرح سیدھی ہو کر سر سے آگے آ کر سانپ کی طرح لہرا رہی تھی۔ حوابی بی کی آنکھیں سرخ انگارہ کی مانند تھیں کہ آنکھ ملانا ناممکن تھا۔ چہرہ انتہائی تنا ہوا اور کمر تختے کی مانند سیدھی۔ دوزانوں بیٹھی ہوئی حوابی بی کی عمر اس وقت 50 سے 60 سال کے درمیان ہو گی۔ اولاد نہیں تھی، بچے پیدائش کے 3 سال بعد مر جاتے تھے پھر شادی کے 13 سال بعد شوہر بھی نہ سمجھ میں آنے والی بیماری میں مبتلا ہو کر صرف 48 گھنٹوں میں داغ مفارقت دے گیا۔ حوابی بی نے حلق تر کرنے کے لئے پانی کا اشارہ کیا تو میں نے عجیب منظر دیکھا۔ شیشے کے جگ میں پسی ہوئی سرخ مرچیں گھلی ہوئی تھیں جسے حوابی بی نے ایک ہی سانس میں پی لیا۔ میں ان سب کو شاید شعبدہ ہی سمجھتا مگر حاضرین میں موجود ایک صاحب بہت دور اندرون سندھ سے سفر کر کے آئے تھے۔ ان کا زیور گھر سے غائب ہو گیا تھا۔ حوابی بی نے اسے اس کے گھر کا نقشہ بتایا۔ اس کے بعد اس نقشے کے مطابق کمرے کی نشاندہی کی جس میں سے زیور غائب ہوا پھر اسے گلیوں سے گھماتی ہوئی سینکڑوں میل دور اس کے بھائی کے گھر لے گئی۔ مکمل محل وقوع بتاتے ہوئے اس جگہ کی نشاندہی کی جس جگہ اس کے بھائی نے زیور دفن کیا ہوا تھا۔ اس کے ٹھیک تین دن بعد اس شخص نے آ کر گواہی دی ہاں واقعی زیور برآمد ہو گیا ہے جب کہ اس کا بھائی جس نے یہ حرکت کی تھی وہ بھی جرم قبول کر کے اس کے ساتھ اس حوابی بی کی قدم بوسی کے لئے آیا تھا جس نے سینکڑوں میل دور بیٹھ کر سراغ لگا لیا تھا۔ اس کے بعد جن صاحب نے اور بھی چھوٹے چھوٹے مسائل حل کیے۔ پھر جن صاحب کی واپسی کا وقت ہوا اور حوابی بی ایک طرف گر گئیں۔ نیم بے ہوشی کی کیفیت تھی، انہیں آرام دہ بستر پر لٹا کر رضائی اوڑھا دی گئی۔ اگرچہ اپریل کا مہینہ تھا مگر انہیں شدید لرزہ طاری تھا۔ کمرے سے رش ختم ہو گیا، حوابی بی کا چہرہ زرد تھا۔ چہرے پر جھریوں کے آثار نظر آنے لگے۔

چہرے اور جسم کا تناؤ ختم ہو چکا تھا دو دن تک ان کے کمرے میں کوئی داخل نہ ہوتا تھا۔ دو دن بعد ان کی بے ہوشی کی کیفیت ختم ہوتی اور وہ صدیوں کی مریضہ کی مانند زندگی کے مشاغل میں مصروف ہو جاتیں۔ انہیں اس حالت کا کوئی علم نہ ہوتا تھا۔ شروع شروع میں جب ان پر جن صاحب کا قبضہ ہوا ان کی عمر 30 سال کے لگ بھگ تھی۔ ابتدا میں چھوٹی موٹی حرکتیں ہوتی تھیں پھر دس سال تقریباً اسی آنکھ مچولی میں گزر گئے۔ دنیا جہاں کے ڈاکٹروں اور پیروں کو دکھایا گیا مگر ڈاکٹروں نے معذوری کا اظہار کر دیا۔ ویسے بھی غربت کا دور دورہ تھا۔ ایک بار ایک بزرگ کو لایا گیا۔ پنجاب کے کسی علاقے سے انہیں وہاں لے جایا گیا تھا۔ انہوں نے ایک ہی نظر میں دیکھ کر کہا اس عورت سے غلطی ہو گئی ہے اب یہ جن اس کا پیچھا تمام عمر نہیں چھوڑے گا۔ اسے کوئی تکلیف بھی نہ دے گا۔ وقتاً فوقتاً اس پر آمد ہوتی رہے (باقی صفحہ 29)

عبقری سے فیض پانے والے

ماہنامہ ''عبقری'' اگست 2007ء صفحہ نمبر 30 پر ''پہلے ہی دن میں مقصود حاصل ہوگا'' دیکھا جس میں اس آیت کا وظیفہ تھا آیت فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَومِ الَّذِیْنَ ظَلَمُوْا ط وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ (سورۃ انعام آیت نمبر 45)۔ بیوی میکے جا کر بیٹھ گئی اور کسی طرح سے بھی آنے کا نام نہیں لے رہی تھی۔ میں نے اس آیت کے بارے میں پڑھا تو اس آیت کو بعد نماز عصر پڑھنا شروع کر دیا۔ پہلے دن پڑھا، دوسرے دن پڑھا، تیسرے دن پڑھا تو آپ یقین کریں کہ میں آیت پڑھ کر گھر سے نکل گیا واپس آیا تو بیوی میکے سے واپس آگئی۔ اس میں لکھا ہے کہ پہلے ہی دن مقصد حاصل ہو گا ورنہ دوسرے دن اور حد تین دن۔ تیسرے ہی دن میرا مقصد حاصل ہو گیا۔ اللہ کے فضل و کرم اور اس آیت کی برکت کی وجہ سے حالانکہ بظاہر مسئلہ حل ہوتا ہوا نظر نہیں آ رہا تھا۔ اس کے علاوہ ایک دوست آیا اس نے کہا کہ ایک شخص کے پاس رقم پھنسی ہوئی ہے اور وہ دینے کا نام نہیں لے رہا۔ میں نے اسے اس آیت کے بارے میں بتایا اور پڑھنے کا کہا۔ تیسرے دن وہ میرے پاس آیا کہ مجھے اس شخص نے رقم لوٹا دی۔ ایک دن مجھے 3 ہزار روپے کی سخت ضرورت تھی، مجھے یہ آیت یاد آئی اور میں نے اسے پڑھنا شروع کر دیا۔ تیسرے دن مجھے 3 ہزار روپے مل گئے۔ یہ سب اس کلام پاک کی برکت سے ہوا۔ اس آیت کو 31 مرتبہ مقررہ وقت پر پڑھنا ہے۔ اوّل و آخر درود شریف کے ساتھ صرف جائز مقاصد کیلئے پڑھیں، ناجائز مقاصد میں نقصان کے آپ خود ذمہ دار ہوں گے۔

دوسرا تجربہ مجھے کتاب ''بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف'' صفحہ نمبر 34 ''ناگوار آدمی کے اٹھانے کا وظیفہ'' دیکھا جس میں آیت ''تَذْرُوْهُ الرِّیَاحُ وَکَانَ اللّٰهُ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ مُّقْتَدِرًا (الکہف:45)'' تھی، کا ہوا۔ اس میں لکھا ہے کہ اگر مجلس میں کوئی ناگوار شخص آ جائے اور اس کا اٹھانا مطلوب ہو تو دل میں چند مرتبہ یہ آیت پڑھیں۔ میں اور میرے چند دوست بیٹھے تھے تو ہمارے پاس ایک ناگوار شخص آ کر بیٹھ گیا اور فضول گفتگو شروع کر دی تو میرے ایک دوست نے مجھے کہا کہ تم تو کافی دم درود کرتے رہتے ہو اب اس کو اٹھا کر دکھاؤ۔ مجھے فوراً یہ آیت یاد آ گئی اور میں نے اس آیت کو پڑھنا شروع کر دیا۔ ابھی چند مرتبہ ہی پڑھا (باقی صفحہ نمبر 35)

میاں بیوی میں محبت پیدا کرنا: جو شخص یَا اَوَّلُ 100 بار روزانہ پڑھ لیا کرے گا انشاءاللہ عزّوجل اس کی زوجہ اس سے محبت کرے گی

بسم اللہ اور میرے 40 سالہ تجربات

جہاں میں اتنا کرایہ دیتا تھا، آج وہاں اللہ پاک نے دوگنا کرایہ وصول کرنے کی توفیق دی ہے۔ اس آیت کے حوالے سے بس اتنا کہوں گا کہ 10 منٹ کی تسبیح کی وجہ سے اللہ پاک نے کام میں اتنی برکت ڈالی کہ 50-60 لاکھ روپے لگ گئے اور پتہ بھی نہیں چلا اور قرضہ بھی اتار دیا۔

میری زندگی مشاہدات سے بھری ہوئی ہے گو کہ میں اچھے اعمال والا نہیں ہوں لیکن پھر بھی اس ذات پاک پر اتنا توکل ہے کہ زندگی میں کوئی بھی کام اس کے کلام کے پڑھنے سے رکا نہیں۔ میں گاہے بگاہے بزرگوں کی بتائی ہوئی آیات کو اپنانے کی کوشش کرتا رہتا ہوں۔ آج سے تقریباً کوئی 5 سال پہلے کی بات ہے۔ میں تقریباً 20,000 روپے کرایہ کام کی جگہ کا دیتا تھا۔ ان دنوں اللہ تبارک وتعالیٰ سے نفل پڑھ کر 3، 4 مرلے جگہ مانگا کرتا تھا کہ غیب کے خزانے سے مدد ہو جائے (2 جگہ پر کام ہوتا تھا) اور میں ایک چھت کے نیچے کام کر سکوں (پرنٹنگ پریس) اس طرح میرا کرایہ بھی بچ جائے اور دونوں جگہ پر آنے جانے کا وقت بھی بچ جائے۔ اسی ذات پاک کا کرنا ایسا ہوا کہ ایک دن میں بند روڈ پر جا رہا تھا کہ ایک کارخانہ دار سے حادثاتی طور پر ملاقات ہوئی اس نے مجھے اپنی جگہ دکھائی اور ساتھ ہی یہ بھی کہا کہ تم بھی لے لو۔ میں نے اس سے مذاق مذاق میں کہا کہ مجھے بھی 5 مرلے جگہ لے دو۔ اس نے کہا 10 مرلے لے لو۔ اتنی جگہ کہیں بھی نہیں ہے۔ میں تمہیں 1 سال کا وقت لے دونگا۔ خیر بات لمبی ہے۔ اللہ پاک نے خصوصی کرم کیا اور جگہ مل گئی۔ اب بنانے کا مسئلہ تھا۔ پیسے پاس نہیں تھے۔ 2 ماہ گزر گئے ایک دن والدہ سے ذکر کیا۔ والدہ نے دعا دی اور اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ 3 مہینے بعد بیسمنٹ کی کھدائی شروع کروا دی۔ میرے پاس صرف 2½ لاکھ روپے تھے۔ میرے گھر والے میرا مذاق اڑانا شروع ہو گئے کہ 2½ لاکھ سے جگہ بنتی ہے۔ خیر میں نے اپنے حضرت صاحب (حکیم صاحب) سے اس کا ذکر کیا۔ انہوں نے مجھے **بسم اللہ الرحمن الرحیم** کی تسبیح دن میں 800 مرتبہ بتائی کہ روزانہ پڑھو اور اس کی برکات دیکھو۔ میں نے اس کو پڑھنا شروع کیا صرف 10 منٹ میں پڑھی جاتی تھی اب اس آیت کا کرشمہ دیکھئے۔ بیسمنٹ کی کھدائی کا میں 14 فٹ گہرا نیچے جانا تھا۔ کوئی بھی 80,000 روپے سے کم نہیں مانتا تھا۔ 1 دن اس جگہ کھڑا تھا کہ 1 بندہ آیا پوچھنے لگا کھدائی کس طرح کراؤ گے۔ میں نے اسے سارا بتایا۔ اس نے مجھے مشورہ دیا کہ خود مشین والے سے بات کرو اللہ پاک کا کرنا ایسا ہوا کہ پورے لاہور میں 80,000 روپے سے کم کوئی نہیں مانتا تھا مگر صرف 16000 روپے میں کھدائی کا ٹھیکہ طے ہوا اور اس بات کو کوئی تسلیم کرنے کو تیار نہیں تھا۔ میں نے اس آیت کو روزانہ اپنا لیا تھا۔ اس کے بعد اس آیت کا کرشمہ دیکھئے۔ میرے پاس نہ میٹریل کے پیسے تھے نہ لیبر کے۔ آہستہ آہستہ کام شروع کروایا ہوا تھا۔ ایک دن میرا کارخانہ دار بھائی (اللہ پاک اس کو جزائے خیر عطا فرمائے) میرے پاس آیا۔ مجھ سے پوچھا کہ سیمنٹ کہاں سے لے رہے ہو میں نے بتایا کہ 10-10 بوریاں منگوا لیتا ہوں بس اس طرح گزارہ کر رہا ہوں۔ اس نے اپنے بھائی کو فون کیا۔ اس نے اپنے برادر نسبتی کو دوسرے شہر فون کیا اس کے سالے نے آگے دوسرے شہر فون کیا اور سیمنٹ فیکٹری والوں سے بات ہوئی۔ آپ یقین جانئے۔ نہ میرے پاس پیسے نہ اور کوئی سلسلہ۔ میں نے اس کارخانہ دار بھائی کو صاف بتایا کہ میرے اتنے ذرائع نہیں ہیں نہ میں بل ادا کر سکتا ہوں۔ اس نے مجھے کہا 1 سال بعد پیسے دے دینا۔ میں نے تقریباً 2400 بوریاں سیمنٹ گاہے بگاہے منگوا لیں۔ گرم گرم سیمنٹ فیکٹری سے آتا تھا۔ 24 ویلر گاڑی اتار کر جاتی تھی نہ کوئی کرایہ نہ مزدوری اور ریٹ بھی فیکٹری والا۔ اس طرح یہ تسبیح اور 2 انمول خزانے میں نے مسلسل پڑھنا شروع کر دیئے۔ بیسمنٹ بن گیا، گراؤنڈ فلور بن گیا پتہ نہیں کہاں کہاں سے اللہ پاک نے اپنے غیب کے خزانے سے مدد کی۔ ایک دن کہیں کام جا رہا تھا کہ حضرت صاحب (حکیم صاحب) کو شاپ پر کھڑے دیکھا۔ میں نے ان سے پوچھا تو بتانے لگے کہ کہیں کام کے سلسلے میں جا رہا ہوں۔ میرے اصرار کرنے پر وہ میرے ساتھ گاڑی میں بیٹھ گئے حالانکہ وہ کسی کو بھی جائز ناجائز تکلیف نہیں دیتے۔ سارا دن ان کے ساتھ رہا آخر پر میں انہیں اپنی جگہ دکھائی۔ وہ گراؤنڈ فلور کی چھت پر چڑھے اور دعا کی انشاء اللہ تعالیٰ اس سے اوپر بھی منزل بناؤ گے۔ شیطان نے ورغلایا تیرے پاس نیچے پلستر کرنے کے پیسے تو ہیں نہیں اوپر کیلئے کہاں سے لاؤ گے۔ آپ یقین جانئے اس تسبیح (بسم اللہ) کو میں پڑھتا رہا اور اللہ پاک نے 2 کیا 4 منزل بلڈنگ بنا دی، ٹرانسفارمر بھی لگ گیا۔ ہر چیز مکمل ہو گئی آج مجھے 2 سال ہو گئے ہیں وہاں پر کام کرتے ہوئے۔ جہاں میں اتنا کرایہ دیتا تھا، آج وہاں اللہ پاک نے دوگنا کرایہ وصول کرنے کی توفیق دی ہے۔ اس آیت کے حوالے سے بس اتنا کہوں گا کہ 10 منٹ کی تسبیح کی وجہ سے اللہ پاک نے کام میں اتنی برکت ڈالی کہ 50-60 لاکھ روپے لگ گئے اور پتہ بھی نہیں چلا اور قرضہ بھی اتار دیا۔ اب تو میں چھوٹی تسبیحات بنوا کر لوگوں کو بانٹتا ہوں اور ان کو یہ تسبیح (بسم اللہ الرحمن الرحیم) 800 مرتبہ روزانہ پڑھنے کا کہتا ہوں۔ اس طرح ان کے ساتھ ساتھ مجھے بھی مفت کا اجر ملتا ہے۔ اللہ پاک حکیم صاحب کو اجر عظیم عطا فرمائے جن کی وجہ سے میرے توکل میں اضافہ ہوا۔ اس تسبیح کے حوالے سے اور بھی بڑے مشاہدات ہیں۔ آپ یہ عمل کر کے دیکھئے گا۔ آزمائش شرط ہے۔

(بقیہ: زیورات کی چوری اور جنات)

گی، یہ دوسروں کے کام آئے گی۔ کوئی اس کے کام نہ آسکے گا۔ اس کا خاندان مزید بڑھ نہ سکے گا اور آخر اسی کے باعث راہی عدم ہو جائے گی۔ شاید ہی کوئی اس جن سے اسے آزادی دلا سکے۔ کم از کم میرے علم میں نہیں کہ اسکی جان خلاصی ہوگی اور پھر وقت و حالات کے ساتھ ساتھ ان بزرگ کی ہر بات حرف بہ حرف سچ ثابت ہوئی۔ ایک مرتبہ خبر آئی کہ حوا بی بی اللہ کو پیاری ہو گئی ہیں۔ میں نے ان سے تمام واقعات کے بارے میں دریافت کیا تھا تو حوا بی بی نے بتایا تھا مجھے کچھ علم نہیں ہوتا کہ میرے اوپر کیا گزر رہی ہے۔ مجھے کوئی تکلیف محسوس نہیں ہوتی۔ میں اپنے ہوش و حواس میں نہیں ہوتی۔ بس میں کمزور ہوتی جا رہی ہوں۔ مجھے کوئی بیماری نہیں ہے جس دن سے یہ جن مجھ پر سوار ہوا ہے۔ مجھے آج تک کوئی تکلیف حتیٰ کہ نزلہ، زکام، کھانسی بھی نہیں ہوتی۔ مجھے نہیں پتہ پیٹ درد کیسا ہوتا ہے۔ دست واسہال کی تکلیف کیا ہوتی ہے۔ مجھے سخت ترین سردی اور شدید گرمی کا احساس بھی نہیں ہوتا۔ میں کئی دن کھائے پیئے بغیر گزارتی ہوں۔ مجھے کوئی دکھ بھری خبر رلا نہیں سکتی۔ کوئی خوشی کی خبر ایسی نہیں کہ میں قہقہے لگاؤں۔ مجھے اولاد، شوہر، ماں، باپ، بہن، بھائی کسی کی ضرورت محسوس نہیں ہوتی۔ کہیں جانے کو میرا دل نہیں چاہتا۔ کبھی کسی ڈش کی حاجت نہیں ہوتی اگر یہ سب کچھ میں نے اپنی آنکھوں سے نہ دیکھا ہوتا اور حوا بی بی کی کہانی ان کی زبانی اپنے کانوں سے نہ سنی ہوتی تو شاید کبھی یقین نہ کرتا۔

کمزور صحت اور کمزور نظر کیلئے

چھلکا ہرڑ کابلی 100 گرام، اولہ خشک 50 گرام، چھلکا بلیلہ یعنی بہیڑے 50 گرام، مغز کدو 50 گرام، مغز بادام 100 گرام، سونف 100 گرام، دھنیا 50 گرام، گل اسطخدوس 50 گرام، کوٹ کر سفوف کریں۔ 10،10 گرام صبح شام ہمراہ دودھ 6 ماہ متواتر استعمال کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ صحت بہتر ہو جائیگی اور نظر کی کمزوری دور ہوگی۔ سبزیاں پتوں والی بکثرت کھائیں، گنڈیریاں، گنا ایک بار چوس لیا کریں۔ (محمد رشید، قصور)

خشک جلد کیلئے: ایک انڈے کی زردی لیں اسمیں ایک چائے کا چمچ روغن بادام ملا کر مالش کریں چند روز میں نمایاں فرق معلوم ہوگا۔

مجرب قرآنی علاج و مستند شرعی اعمال

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے۔ آیئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں۔ یقین جانیئے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی یعنی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرہ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں گے۔

اولاد نرینہ کیلئے

بانجھ عورت یا بے اولاد مرد اگر اس آیت کو بسم اللہ کے ساتھ تین ہزار دفعہ روزانہ ایک چلے تک پڑھے گا انشاء اللہ بالضرور اولاد پیدا ہوگی۔ آیت یہ ہے: رَبِّ لَا تَذَرْنِیْ فَرْدًا وَّ اَنْتَ خَیْرُ الْوٰرِثِیْنَ

تہمت سے نجات کیلئے

اگر کسی شخص پر تہمت لگ جائے اور وہ چاہے کہ میں اس تہمت سے بری ہو جاؤں تو سات ہزار مرتبہ ایک ہی نشست میں اس آیت کو عشاء کی نماز کے بعد پڑھے۔ انشاء اللہ غیب سے اس کی برأت کی صورت پیدا ہوگی۔ آیت مبارکہ یہ ہے۔ رَبِّ احْكُمْ بِالْحَقِّ وَ رَبُّنَا الرَّحْمٰنُ الْمُسْتَعَانُ عَلٰى مَا تَصِفُوْنَ (سورۃ الانبیاء:112)۔

شریر کے شر سے بچنے کیلئے

شریر کے شر سے نجات کیلئے اس آیت کا پڑھنا نہایت مجرب ہے۔ کم از کم ایک ہزار مرتبہ روزانہ پڑھے۔ سات یا گیارہ یا اکتالیس روز میں مراد پوری ہوگی۔ آیت یہ ہے: اِنَّ اللّٰهَ يُدٰفِعُ عَنِ الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا اِنَّ اللّٰهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ خَوَّانٍ كَفُوْرٍ (الحج:38)

بارش کیلئے: اگر بارش نہ ہوتی ہو تو کسی پرندے یا جانور مثلاً جنگلی کبوتر وغیرہ کے گلے میں اس آیت کو لکھ کر باندھنا نہایت مفید ہے' آیت یہ ہے: اَلَمْ تَرَ اَنَّ اللّٰهَ اَنْزَلَ مِنَ السَّمَآءِ مَآءً فَتُصْبِحُ الْاَرْضُ مُخْضَرَّةً ؕ اِنَّ اللّٰهَ لَطِيْفٌ خَبِيْرٌ ؕ لَهٗ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَ مَا فِي الْاَرْضِ ؕ وَ اِنَّ اللّٰهَ لَهُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيْدُ ۝ (الحج 63,64) اسی آیت کا بارش کیلئے گیارہ ہزار مرتبہ روزانہ گیارہ آدمیوں کا الگ الگ پڑھنا یا سوا لاکھ مرتبہ ایک جگہ جمع ہو کر پڑھنا نہایت مفید اور مجرب ہے۔ اگر ختم کی صورت میں پڑھا جائے تو گیارہ آدمی ایک مجمع میں سوا لاکھ پورا کریں۔ پھر دیکھیں کہ ارحم الرحمین کیا کچھ فضل فرماتا ہے۔

برکتوں کے حصول کیلئے

نِعْمَ الْمَوْلٰى وَ نِعْمَ النَّصِيْرُ اس آیت کا پانچ ہزار مرتبہ روزانہ کسی بھی وقت پڑھنا دین و دنیا کی مرادیں بر لاتا ہے اور حَسْبِيَ اللّٰهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ کو سات مرتبہ ملا کر پڑھنا اور بھی زیادہ فائدہ مند اور مجرب ہے۔

بارش کے روکنے کا وظیفہ

اگر کثرت سے بارش ہو رہی ہو اور کسی طرح مینہ تھمتا ہو اور لوگ چاہیں کہ بارش تھم جائے تو اس آیت کریمہ کو گیارہ ہزار مرتبہ پڑھنا کاغذ پر لکھ کر جنگلی کبوتر کے گلے میں ڈالنا نہایت مجرب ہے۔ انشاء اللہ فوراً بارش رُک جائے گی۔ آیت کریمہ یہ ہے: وَ اَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَآءِ مَآءًۢ بِقَدَرٍ فَاَسْكَنّٰهُ فِي الْاَرْضِ ۖۗ وَ اِنَّا عَلٰى ذَهَابٍۭ بِهٖ لَقٰدِرُوْنَ (المومنون 18)

ہر تکلیف اور مصیبت سے بچاؤ

جو شخص کسی نئے مکان یا اجنبی جگہ جا کر اترے وہ اول تین مرتبہ اس آیت کو پڑھے انشاء اللہ سانپ' بچھو' چور ہر ایک قسم کی تکلیف سے بفضلہ تعالیٰ محفوظ رہے گا۔ آیت مبارکہ یہ ہے۔ رَبِّ اَنْزِلْنِيْ مُنْزَلًا مُّبٰرَكًا وَّ اَنْتَ خَيْرُ الْمُنْزِلِيْنَ (المومنون:29)

ہر مرض سے نجات کیلئے

سورۂ مومنون کی آخری آیات اَفَحَسِبْتُمْ سے لے کر آخر تک تین مرتبہ پڑھ کر مریض کے کان میں دم کرنا خواہ کسی قسم کا مرض ہو، اللہ کے فضل سے ہر قسم کی بیماری کو دور کرتا ہے مگر ان آیتوں کی پہلے زکوٰۃ دینی ضروری ہے اور وہ یہ ہے کہ ایک شخص تین روزے رکھے اور برابر تین روز تک روزے کی حالت میں اکیس ہزار مرتبہ ان آیتوں کو باوضو روبقبلہ بیٹھ کر پڑھے اور پھر مریض پر دم کرے۔ انشاء اللہ بہت جلد بیمار اچھا ہوگا' زکوٰۃ دینے کے بعد چھ ماہ تک برابر اثر باقی رہے گا۔ اس مدت میں صرف تین مرتبہ پڑھ کر دم کرنا انشاء اللہ کافی ہوگا۔ چھ ماہ کے بعد دوسری زکوٰۃ دینے کی ضرورت ہوگی۔ ہاں اگر چھ ماہ کے دوران کوئی کبیرہ گناہ مثلاً چوری' شراب خوری' نشے بازی' حرام کاری وغیرہ وغیرہ کا مرتکب ہوگیا تب فوراً تاثیر زائل ہوجائے گی۔ پہلے ایک ہزار مرتبہ استغفار پڑھے پھر بدستور زکوٰۃ دے انشاء اللہ تعالیٰ وہی تاثیر پیدا ہوگی۔

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

قسط نمبر 34 (ابن زیب بھکاری)

جیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں جھانکیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

عمرہ کیلئے حضرت ثمامہؓ کا مکہ آنا:۔ رحمۃ للعالمین ﷺ نے کفار مکہ کی جفا کاریوں کے جواب میں ان کے ساتھ جو سلوک کیا وہ آپ ﷺ کی رحمت کا حصہ تھا۔ شہر مکہ میں کوئی چیز پیدا نہیں ہوتی، ہر چیز باہر سے آتی تھی۔ لہٰذا وہاں غلہ یمامہ سے آتا تھا۔ یمامہ کے حاکم حضرت ثمامہؓ بن اثال نے مشرف با اسلام ہونے کے بعد بارگاہ نبوی ﷺ میں گزارش کی یارسول اللہ ﷺ! مجھے آپ کے سواروں نے اس وقت گرفتار کیا جب میں عمرہ کی نیت سے عازم مکہ تھا۔ اب آپ کیا حکم دیتے ہیں؟'' آپ نے فرمایا ہاں اب جا کر عمرہ کرلو چنانچہ وہ اس غرض سے وارد مکہ ہوئے۔

حضرت ثمامہؓ کو بے دینی سے مطعون کرنا

جب عمائدین قریش کو معلوم ہوا کہ ثمامہؓ بت پرستی سے بیزار ہو کر دائرہ اسلام میں داخل ہو گئے ہیں تو ان کو تبدیلی مذہب پر عار دلانے اور بے دین کہہ کر پکارنے لگے۔ حضرت ثمامہؓ نے غصہ سے کہا کہ بے دین تو تم ہو جو رب العالمین کی جگہ پتھروں کو پوجتے ہو۔ میں نے تو دنیا کا سچا آسمانی دین قبول کیا ہے۔ اس کے بعد کہنے لگے، اے اہل مکہ! کان کھول کر سن لو کہ آئندہ جب تک محبوب رب العالمین ﷺ کی اجازت نہیں ہوگی، یمامہ کے اناج کا ایک دانہ بھی مکہ میں نہ آنے پائے گا (بخاری و مسلم)

مکہ کو اناج کی برآمد پر پابندی

جب حضرت ثمامہؓ ارض حرم سے یمامہ واپس گئے تو انہوں نے مکہ معظمہ کی طرف غلہ کی برآمد یک لخت بند کر دی۔ اس بندش سے بلد الامین میں اناج کا قحط پڑ گیا اور دشمنان دین میں کہرام مچ گیا۔ آخر قریش نے سخت اضطراب اور بدحواسی کے عالم میں اسی مرجع خلائق آستانہ کی طرف رجوع کیا۔ جہاں سے کبھی کوئی حاجت مند اور سائل محروم نہیں گیا تھا۔ رحمت عالم ﷺ کو رحم آگیا اور آپ ﷺ نے ثمامہؓ کے نام پیغام بھیجا کہ بندش اٹھا لو چنانچہ پھر حسب معمول اناج کی روانگی شروع کر دی گئی۔

اصل حسن: پاک دامنی غربت کا حسن ہے اور اللہ کیلئے خرچ کرنا دولت مندی اور فراخی کا حسن ہے۔

آپ کا خواب اور تعبیر

بڑی مصیبت دم توڑ گئی

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ میں اپنے گھر کی چھت پر جا رہا ہوں تو سیڑھیوں پر مجھے بہت سارے چوہے نظر آتے ہیں جن میں کچھ مرے ہوئے ہوتے ہیں۔ کچھ کے ڈھانچے نظر آتے ہیں اور بہت سارے چوہے ادھر ادھر بھاگ رہے ہیں۔ چوہوں کی تعداد اتنی ہے کہ میرے ہر قدم پر چوہے میرے پاؤں کے نیچے آ رہے تھے جس کی وجہ سے کچھ مر گئے اور کچھ بچ گئے مگر مجھے کسی چوہے نے نہ تو کاٹا اور نہ ہی میرے اوپر چڑھے۔ مطلب یہ کہ کسی قسم کی کوئی تکلیف نہیں دی۔ (علی احمد، لاہور)

تعبیر: آپ بہت بڑی مصیبت سے بچ گئے ہیں گویا وہ آفت اور مصیبت آپ کے قدموں میں خود بخود دم توڑ گئی ورنہ وہ آپ کا شدید نقصان کر جاتی اس لیے بطور شکرانے کے فوری دو رکعت نفل پڑھ کر عافیت کی دعا کریں اور حسب توفیق صدقہ دیدیں۔ واللہ اعلم۔

بچہ شفایاب ہوگا

خواب: میں اپنے پرانے محلے میں یعنی امی کے محلے میں ہوں۔ کوئی کہتا ہے کہ اس بچے کا ایکسیڈنٹ ہو گیا ہے۔ امی کے گھر کے باہر دیوار کے ساتھ سفید چادر میں میرا بچہ لپٹا پڑا ہے اور اس کے جسم کا ایک حصہ الگ بھی پڑا ہے اور لگتا ہے کہ جیسے ابھی یہ زندہ ہے۔ سب کے دروازے بند ہیں میں کبھی اس دروازے کی طرف جاتی ہوں کبھی دوسرے کی طرف۔ عجیب وغریب طریقے سے فریاد کرتی ہوں کہ کوئی میرے بچے کو بچا لے۔ بس اسی حالت میں میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (اک ماں)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بچے پر کوئی بیماری آنے کا اندیشہ ہے مگر وہ جلد اس سے شفایاب ہو جائے گا اور عمر لمبی پائے گا۔ آپ ہرگز پریشان نہ ہوں بلکہ سورۂ رحمٰن اور سورۂ صف پڑھ کر دعائے خیر کیا کریں۔ واللہ اعلم۔

اچھا نباہ ہوگا

خواب: میں نے دیکھا کہ میں ایک بہت ہی حسین اور خوبصورت لڑکی کو بیاہ کر گھر لایا ہوں اس نے سرخ رنگ کا سوٹ پہنا ہوا ہے اور اوپر کالے رنگ کی برقع نما چادر ہے جب میں اسے گھر لے کے آیا ہوں تو گھر والے حیران بھی ہوئے اور خوش بھی کہ اتنی حسین دلہن کہاں سے لایا ہے۔ میں نے ساری رات اس سے باتیں کیں جب صبح کا وقت قریب تھا تو ابھی بھی ہم باتیں کر رہے تھے تو اس کی طبیعت خراب ہو گئی اور وہ مر گئی۔ میں بہت رویا پھر اس کے کفن دفن کا انتظام بھی کر رہا تھا اور رو رہا تھا تو آنکھ کھل گئی۔ (محمد شعبان، ملتان)

تعبیر: آپ کی شادی انشاء اللہ اچھی جگہ پر ہوگی اور اس لڑکی کے ساتھ آپ کا بہت اچھا نباہ ہوگا بلکہ آپ کے گھر والے بھی دل سے اس لڑکی سے راضی ہوں گے۔ بصورت دیگر پریشانی کا بھی سامنا ہو سکتا ہے اس لیے جو جائز کام کریں اپنے ماں باپ اور دیگر قابل احترام عزیز واقارب کو اعتماد میں لیکر کریں اس سے فائدہ ہوگا۔ واللہ اعلم۔

شجر وحجر کی گواہی

خواب: تہجد کی نماز پڑھ رہی ہوں خواب میں میرے اردگرد درخت ہی درخت ہیں۔ نماز پڑھتے ہوئے میں دیکھ رہی ہوں کہ جو درخت میرے پیچھے ہیں وہ بھی میرے ساتھ سجدہ کر رہے ہیں میں نماز پڑھ کر فارغ ہو جاتی ہوں پھر بھی وہ میرے پیچھے بالکل زمین کیساتھ لگ جاتے ہیں کبھی سیدھے کھڑے ہو جاتے ہیں اور کبھی پھر زمین سے لگ جاتے ہیں۔ (شاہدہ، لاہور)

تعبیر: آپ کا خواب ماشاء اللہ بہت مبارک ہے اور آپ کی عبادات کی مقبولیت کی بشارت ہے۔ انشاء اللہ آخرت میں شجر وحجر آپ کی نیکی کی گواہی دیں گے اس لیے اپنی عبادت و نیکی پر قائم ودائم رہیں۔ واللہ اعلم۔

قبولیت دعا میں تاخیر ہوگی

خواب: ایک پہاڑی پر مسجد بنی ہوئی ہے اور میں اس مسجد میں نماز پڑھ رہا ہوں لیکن میرے برابر میں لڑکیاں بھی نماز پڑھ رہی ہیں۔ نماز ختم ہونے کے بعد میں کھڑے ہو کر قرآن کی تلاوت اور ترجمہ کر کے تمام نمازیوں کو سمجھا رہا ہوں اور دل میں سوچ رہا ہوں کہ میں تو قرآن کا حافظ نہیں ہوں۔ ضرور تلاوت غلط کر رہا ہوں اور ساتھ علماء کی طرح سمجھا رہا ہوں اور سامعین گردن ہلا رہے ہیں جیسے میں صحیح کہہ رہا ہوں۔ تھوڑی دیر بعد مسجد کے دروازے پر آتا ہوں اور دیکھتا ہوں کہ مسجد کا دروازہ زمین سے بہت ہی اونچا ہے۔ (محمد زبیر، بنوعاقل)

تعبیر: ایسا لگتا ہے کہ آپ کی قبولیت دعا میں تاخیر ہوگی اور والد صاحب کی صحت اور اپنی مراد پوری ہونے میں ابھی دیر ہے لیکن اس سے ہرگز نہ گھبرائیں بلکہ سورۃ الشوریٰ کی آیت نمبر 19 روزانہ تین سو ساٹھ دفعہ پڑھ کر دعا کریں۔ انشاء اللہ سب ٹھیک ہو جائیگا۔ (واللہ اعلم)

حفاظتی تدابیر کا اہتمام

خواب: میں اکثر یہ خواب دیکھتا ہوں کہ میں اور میرے ساتھ کوئی اور بھی ہوتا ہے مگر معلوم نہیں کہ وہ کون ہے۔ ہم دونوں سوئے ہوئے ہوتے ہیں اور کوئی آدمی آتا ہے وہ ہم پر فائرنگ کر دیتا ہے اور ہم دونوں گولیوں سے شدید زخمی ہو جاتے ہیں جب فائرنگ کرنے والا چلا جاتا ہے تو ہم دونوں بھاگتے ہیں مگر آگے ایک سانپ آ جاتا ہے مگر وہ ہم کو کچھ نہیں کہتا اور ہم نکل جاتے ہیں۔ (محمد سلیم، مظفر گڑھ)

تعبیر: آپ کا دشمن آپ کا کچھ نہیں بگاڑ سکے گا اور آپ ہر طرح کے نقصان سے بچ جائیں گے بشرطیکہ آپ اعمال اختیار کریں اور حفاظتی تدابیر کا بھی اہتمام کریں اور صدقات بھی دیتے رہیں۔ واللہ اعلم۔

رزق کے دروازے کھل جائیں گے

خواب: میں نے دیکھا کہ میں زار وقطار رو رہی ہوں اور میری نانی مجھے تسلیاں دے رہی ہیں۔ وہ مجھ سے سورۃ ''ق'' پڑھنے کو کہہ رہی ہیں۔ سورۃ ''ق'' کے ساتھ انہوں نے مجھے ایک اور سورۃ کا بھی نام لیا تھا جس کو میں صبح اٹھنے پر بھولی ہوئی تھی۔ بہرحال میں نے اس دن ظہر کی نماز کے بعد سورۃ ''ق'' پڑھ لی تھی۔ (شہلا، کراچی)

تعبیر: آپ کا خواب مبارک ہے کہ اللہ رب العالمین آپ پر رزق کے دروازے کھول دے گا اور آپ کو نیکی کی توفیق ملے گی نیز موت کی سختی آسان ہوگی بشرطیکہ آپ نیک اعمال کی پابند اور گناہوں سے پرہیز کریں۔ واللہ اعلم۔

بے رونق، روکھے بالوں کیلئے

بے رونق روکھے بالوں کو چمکانے کیلئے لیموں اور کینو کا رس بہت مفید رہتا ہے۔ بال دھونے کے بعد تھوڑے پانی میں ان کا رس ملا کر بالوں کو ان سے دھو کر سادہ پانی سے صاف کر لیں اور خشک کر کے ان میں اچھی طرح کنگھی کر لیں۔ (انتخاب: ملک محمد نوید، گجرات)

گھر کی سلامتی کیلئے: یَاظَاہِرُ گھر کی چاروں دیواروں پر لکھ دیجئے انشاء اللہ عزوجل گھر سلامت رہے گا

پہاڑوں اور درختوں کا درود شریف

ع۔م۔چوہدری

اگر دنیا میں میری تعریف کرنے والے نہ رہیں تو ایک قطرہ بارش کا آسمان سے نہ بھیجوں اور ایک دانہ سبزی کا زمین سے نہ اگاؤں

ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہؓ سے روایت ہے کہ میں نے ایک مرتبہ حضور اقدس ﷺ کا چہرہ مبارک دیکھ کر کہا! سبحان اللہ آپ ﷺ کا چہرہ مبارک اور رنگ کتنا نور سے لبریز ہے۔ حضور انور ﷺ نے فرمایا! اے عائشہ! ان لوگوں کے لئے بڑی خرابی ہے جو قیامت کے دن اس چہرے کو دیکھنے سے محروم ہو جائیں گے اور وہ لوگ بخیل ہوں گے۔ حضرت عائشہ صدیقہؓ نے پوچھا بخیل کون ہے؟

حضور اکرم ﷺ نے فرمایا ''بخیل وہ ہے جو میرا نام سنے اور درود نہ پڑھے۔''

پہاڑوں اور درختوں کا درود شریف:۔ حضرت علیؓ وجہہ، فرماتے ہیں کہ میں نبی کریم ﷺ کے ساتھ مکہ مکرمہ میں تھا۔ حضور اکرم ﷺ مکہ کے گرد و نواح میں تشریف لے گئے تو جس پہاڑ یا درخت کا بھی سامنا ہوتا تو وہ عرض کرتا: اَلسَّلَامُ عَلَیْکَ یَا رَسُوْلَ اللّٰہِ صَلَّی اللّٰہُ عَلَیْہِ وَسَلَّمَ (ترمذی شریف) (مشکوٰۃ شریف) درود و سلام صفحہ 63)

پانچ فرشتے:۔ ''مجالس الابرار'' میں ہے کہ انسان کے ساتھ پانچ فرشتے رہتے ہیں۔

1- ایک سیدھی جانب جو نیکیاں لکھتا ہے۔
2- دوسرا بائیں جانب جو بدیاں لکھتا ہے۔
3- تیسرا آگے رہتا ہے جو نیکیوں کی تلقین کرتا ہے۔
4- چوتھا پیچھے رہتا ہے جو بلاؤں کو دور کرتا ہے۔
5- پانچواں پیشانی پر رہتا ہے۔ جو درود شریف لکھتا ہے اور حضور اقدس ﷺ کو پہنچا دیتا ہے۔

حضرت موسیٰؑ اور درود شریف:۔ شیخ محقق عبد الحق دہلویؒ، ملا معین واعظ کاشفیؒ، علامہ یوسف بن اسماعیل بن ہانیؒ اور دوسرے کئی بزرگوں نے نقل کیا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰؑ پر وحی بھیجی کہ اے موسیٰ! اگر دنیا میں میری تعریف کرنے والے نہ رہیں تو ایک قطرہ بارش کا آسمان سے نہ بھیجوں اور ایک دانہ سبزی کا زمین سے نہ اگاؤں۔ اسی طرح بہت سی چیزیں ذکر کیں۔ یہاں تک فرمایا کہ اے موسیٰ کیا تم چاہتے ہو کہ میں تم سے قریب ہو جاؤں۔ جیسا کہ تمہارا کلام تمہاری زبان سے قریب ہے۔ جس طرح کہ وسوسہ تمہارے تمہارے دل سے، تمہاری روح تمہارے بدن سے اور تمہاری روشنی چشم تمہاری آنکھ سے، تو آپ محمد ﷺ پر درود بھیجیں تب تمہیں یہی نسبت حاصل ہو جائے گی۔

شیخ عبداللہ الہاروشیؒ نے اپنی کتاب ''کنوز الاسرار'' میں لکھا ہے کہ موسیٰؑ نے جب وہ فضل و کرم دیکھا جو اللہ تعالیٰ نے محمد مصطفیٰ ﷺ کی امت کے لئے تیار کر رکھا تھا تو انہوں نے اللہ تعالیٰ سے دعا کی کہ مجھے بھی ان میں شامل فرما دے۔ اس پر اللہ تعالیٰ نے انہیں حکم دیا کہ سیدنا محمد ﷺ پر درود بھیجیں سو انہوں نے با ایں الفاظ مذکورہ درود شریف بھیجا۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ خَاتَمِ الْاَنْبِیَاءِ وَمَعْدَنِ الْاَسْرَارِ وَمَنْبَعِ الْاَنْوَارِ وَجَمَالِ الْکَوْنَیْنِ وَشَرَفِ الدَّارَیْنِ وَسَیِّدِ الثَّقَلَیْنِ الْمَخْصُوْصِ بِقَابَ قَوْسَیْنِ○

(بقیہ:۔ پیاز......فطرت کی بیاض)

6- ضعف باہ میں پیاز کے رس کا شربت بنا کر پلانا یا آب پیاز، شہد اور گھی تینوں کو ہم وزن ملا کر پلانا مفید ہے۔ اس کے علاوہ گوشت کو پکاتے وقت دو دفعہ پیاز کا بگھار دینے سے گوشت مقوی باہ کا موجب ہوتا ہے۔ 7- آواز سریلی بنانے میں مدد دیتا ہے۔ 8- یہ جراثیم کش بھی ہے۔ اگر چھیل کر فرش پر پھیلا دی جائے تو تمام جراثیم ہلاک ہو جاتے ہیں۔ 9- اس کا عرق کانوں میں ٹپکانے سے کانوں کی میل صاف ہوتی ہے اور قوت سماعت میں اضافہ ہوتا ہے۔ 10- پیاز کو مناسب مقدار میں کھاتے رہنے سے انسانی چہرہ سرخ ہو جاتا ہے اور چہرہ کی زردی غائب ہو جاتی ہے۔ 11- جب پستان کا ورم پھوٹ کر زخم بن جائے اور آرام نہ ہوتا ہو تو پیاز کی مرہم بنا کر لگانے سے زخم جلد بھر جاتا ہے۔ ترکیب مرہم یوں ہے۔ تل کا تیل دس تولہ میں پیاز ڈھائی تولہ کتر کر ڈالیں اور توے پر رکھیں۔ جب جل جائے تو ڈھائی تولہ نیم کے سبز پتے الگ جلائیں۔ بعد میں ایک تولہ موم ملائیں، بس مرہم تیار ہے۔ 12- پیاز کے رس کی مالش کرنے سے گرمی دانے اور کھجلی بالکل رفع ہو جاتی ہے۔ 13- پھوڑے، پھنسیوں پر اگر جھلبلائی ہوئی پیاز باندھی جائے تو وہ ان کو پکا کر جلد پھاڑ دیتی ہے اور صحت ہو جاتی ہے۔ 14- پیاز کو چربی کے ساتھ پکا کر کھانے سے سینہ اور پھیپھڑوں سے لیس دار مواد خارج ہو کر سینہ صاف ہو جاتا ہے۔ 15- مریض ضیق النفس (دمہ) میں پیاز کا رس، شہد ہر ایک ایک پاؤ سوڈا بائیکارب پانچ تولہ، تینوں کو ملا کر رکھ لیں۔ صبح و شام ایک ایک چمچ استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

روحانی کیفیت

قارئین! آپ بھی اپنی روحانی کیفیت تحریر کریں۔ لاکھوں لوگ آپ سے استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ بھی صدقہ جاریہ ہے

محترم جناب حکیم صاحب کچھ روز پہلے خواب میں دیکھا (وہ کسی شخص کا دھندلا ہیولہ تھا) وہ مجھ سے پوچھتے ہیں تمہیں اللہ پر اتنا توکل کیوں ہے؟ مجھے یہ سوال عجیب سا لگا مگر پھر جواب دیا۔ اس لئے کہ وہ کائنات کا رب ہے۔ سب کا مالک و رازق ہے۔ اپنے محبوب ﷺ اور ان کی آل اولاد کے صدقے سب کو رزق عطا کر رہا ہے (ان دنوں کچھ پریشانی تھی) مگر میں زیادہ پریشان نہیں تھی۔ اللہ پر پورا بھروسہ تھا کہ وہ ذات ہی آزمائشوں اور پریشانیوں سے نجات دینے والی ہے۔ میرا ایک فقرہ سن کر وہ ہیولہ غائب ہو گیا اور اللہ کی رحمت سے اسی دن سے وہ پریشانی ختم ہونے لگی۔ تین روز پہلے میں نے خواب میں دیکھا کہ جائے نماز پر بیٹھی ہوں جیسے نماز پڑھ کر فارغ ہوئی ہوں پھر اپنا دوپٹہ دونوں ہاتھوں پر پھیلا کر دعا مانگنے لگتی ہوں۔ اے اللہ اپنے حبیب ﷺ کے صدقے ہماری مشکلیں آسان فرما اور بگڑے کام سنوار دے۔ یکدم ایک سفید رنگ کا کاغذ میرے دوپٹے پر آ گرتا ہے۔ دعا ختم کر کے کاغذ پڑھتی ہوں اس پر لکھا ہوتا ہے سب کی بگڑی بناتا ہے اللہ رب العزت محمد ﷺ کی برکت سے۔ سفید شفاف کاغذ پر کالی سیاہی سے لکھا یہ فقرہ کاغذ پر چمک رہا ہوتا ہے۔ یہ فقرہ پڑھ کر میں ممنونیت سے درود پاک پڑھنے لگتی ہوں تو میری آنکھ کھل گئی۔ آپ شاید یقین نہ کریں کہ اس وقت میری آنکھوں میں آنسو تھے اور لبوں پہ درود شریف۔

پہلے بھی آپ کو لکھ چکی ہوں کہ مجھے دوران نماز اپنی جائے نماز پر نور کا ہالہ نظر آتا ہے۔ کبھی کبھی یوں لگتا ہے جیسے سجدے کی جگہ پر کہیں سے روشنی پڑ رہی ہو مگر اب چند دنوں سے نماز پڑھتے ہوئے ایسا لگتا ہے جیسے جائے نماز کے اگلے حصے پر کہیں کہیں ستارہ چمکا ہو پلک جھپکنے میں غائب اور پھر دوسری جگہ دکھائی دینے لگتا ہے۔ ایسا عموماً عشاء کی نماز کے دوران ہوتا ہے اگرچہ یہ روز نہیں ہوتا مگر پھر جو دل کی حالت ہوتی ہے میں وہ کیفیت بیان کرنے سے قاصر ہوں۔ (ایک بہن)

سخت سے سخت مشکل

جمعہ کے دن عصر کی نماز کے بعد دو زانو بیٹھ کر صدق دل سے ستر بار آیت الکرسی پڑھ کر درگاہ الٰہی میں خشوع و خضوع سے دعا کریں۔ خواہ کیسی ہی سخت مشکل کیوں نہ ہو گی۔ اللہ تعالیٰ حل کر دیں گے اول و آخر درود شریف بھی پڑھیں۔ (آصف، لاہور)

ملیریا سے نجات کیلئے: ملیریا کے مریض کو سبزی کا سوپ ہر دو سے تین گھنٹے بعد پلایا جائے انشاء اللہ چند روز میں شفا ہوگی۔

چست، تنومند اور لازوال جسم کیسے؟

جولوگ ہفتے میں صرف چند گھنٹے ورزش کر لیتے ہیں وہ اپنے لئے ذیابیطس قسم دوم کے خطرے میں نمایاں کمی کر لیتے ہیں۔ (شیخ محمد حمید اللہ، ملتان)

خوب سیر ہو کر کھانے اور ورزش نہ کرنے کی وجہ سے آپ صحت کی خرابی کی جانب بہت آگے بڑھ چکے ہیں اور اب اس سے لاپرواہی برت کر آپ اپنی صحت کو مزید خطرات میں ڈال رہے ہیں۔ اس صورتحال کا ایک اہم سبب آپ کا یہ خیال ہے کہ آپ کی صحت ناقابل تباہی ہے۔ دوسری اہم وجہ آپ کی یہ غلط فہمی ہے کہ آپ بڑی آسانی سے صحت کی اس خراب صورتحال کی اصلاح کر لیں گے۔ رنگ برنگی گولیاں، شربت، ٹانک اور معالجین کے چمکتے دمکتے مطب آپ کو صحت و توانائی کی کھوئی ہوئی دولت لوٹا دیں گے۔ اب بھی وقت ہے کہ آپ مکمل تباہی کی طرف اپنی اس پیش قدمی کا سلسلہ روک دیں اور ان ماہرین طب کی تحقیق، مشورے اور ہدایات پر عمل کریں جنہوں نے اپنی عمر اور توانائی صحت کی بہتری کے طریقے طے کرنے میں صرف کی ہے۔ پچھلے پانچ چھ سال کے عرصے میں وہ اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ انسانی جسم میں اپنی اصلاح، مرمت اور بحالی کی بڑی صلاحیت ہوتی ہے۔ وہ اس نتیجے پر بھی پہنچے ہیں کہ خراب عادات سخت نقصان دہ ہوتی ہیں مثلاً تمبا کو استعمال کرتے رہنے سے صحت خراب ہو جاتی ہے۔ اسی طرح دیگر خراب عادات سے خاص طور پر جسم کے دوران خون کے نظام کو سخت نقصان پہنچتا ہے۔ قدیم اطباء کے طریق علاج میں زیادہ زور پرہیز پر دیا جاتا تھا جس کا اصل مقصد جسم کو خراب عادات سے محفوظ رکھ کر مناسب غذاؤں اور دواؤں کے ذریعے سے اپنی اصلاح کا موقع فراہم کرنا ہوتا تھا۔ بسا اوقات یہ اطباء مریض کو صرف پرہیزی غذا کھلا کر صحت یاب کر دیتے تھے۔

یہ درست ہے کہ آپ اپنی قوت ارادی سے تباہی کی طرف بڑھتی گاڑی کو ایک دم بریک لگا کر روک سکتے ہیں، لیکن آپ کو یہ بھی یاد رکھنا چاہئے کہ بریک لگنے کے باوجود گاڑی پھسل کر گڑھے میں گر بھی سکتی ہے۔ اس ممکنہ بلکہ یقینی خطرے کا بھی خیال رکھئے اور یہ اسی صورت میں ممکن ہوگا کہ آپ پھسلنے کے اس امکان کو کم سے کم رکھیں۔ آیئے اب ذرا جدید طبی تحقیق کی روشنی میں دریافت ہونے والے صحت کے اہم گر جاننے کی کوشش کریں۔

☆2001ء میں ایک اہم گر یہ دریافت ہوا کہ ہفتے میں صرف دو مرتبہ مچھلی کھانے والی خواتین خون میں کولیسٹرول کم ہونے کی وجہ سے فالج کا خطرہ کم کر لیتی ہے۔ مہینے میں صرف ایک مرتبہ مچھلی کھانے والی خواتین کے مقابلے میں ان کے لئے یہ خطرہ آدھا رہ جاتا ہے۔ ☆لیبارٹری میں ہونے والی تحقیق نے ثابت کر دیا ہے کہ زیادہ پھل، سبزیاں اور ریشہ کھانے سے ہائی بلڈ پریشر، قلب کے حملے اور فالج کا خطرہ بہت کم ہو جاتا ہے۔ ☆سائنس دان اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ پلنگ، کرسی سے بندھی رہنے والی جو 40 سالہ خواتین ہفتے میں محض چار روز آدھے آدھے گھنٹے تک تیز تیز چلتی ہیں وہ ساری زندگی ورزش کرنے والی خواتین ہی کی طرح قلب کے حملے سے محفوظ رہتی ہیں۔ ☆تمباکو نوشی کا استعمال ترک کرنے کے پہلے ہی روز خون میں کاربن مونو آکسائیڈ کی سطح میں ڈرامائی کمی واقع ہوتی ہے۔ ایک ہفتے کے اندر خون کا گاڑھا پن دور ہو کر مہلک حملہ قلب کا خطرہ ٹلنے لگتا ہے۔

اب سوال یہ ہے کہ صحت مند عادات کا یہ سلسلہ کہاں سے شروع کیا جائے؟ یہ کوئی مشکل سوال نہیں ہے، بس کسی بھی صحت بخش عادت سے بسم اللہ کیجئے۔ ایک مثبت تبدیلی دوسری مثبت تبدیلی کی پیامبر ثابت ہوگی مثلاً جو لوگ ورزش سے آغاز کرتے ہیں وہ بالعموم صحت بخش غذاؤں پر بھی توجہ دینے لگتے ہیں۔ ضرورت صرف یہ ہے کہ آپ زیادہ سے زیادہ صحت بخش عادات اختیار کریں۔ اس طرح آپ کی زندگی کا انداز بدلتا جائے گا اور آپ خود محسوس کرنے لگیں گے کہ اب آپ معالجین کی ہمہ وقت مدد کے بغیر امراض کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت میں اضافہ کرتے جا رہے ہیں۔ آپ کو شاید یہ احساس کبھی نہ ہو سکے گا کہ ان عادات کے اختیار کرنے سے آپ نے خود کو کتنے نقصانات سے بچا لیا ہے، اس لئے اب بہتر یہی ہے کہ وقت ضائع کئے بغیر صحت کی منزل کی طرف اپنے سفر کا آغاز کر دیجئے۔

صحیح غذا کھایئے: صحت بخش غذا کا سب سے اہم اور فوری اثر ہائی بلڈ پریشر میں کمی کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ کم نمک والی غذا یعنی تازہ پھل، سبزیوں، بغیر بالائی والے دودھ، دہی، بے چھنے آٹے، چھلکے والی دالوں اور بھورے چاولوں کے استعمال سے آپ دوا کھائے بغیر بلڈ پریشر کم کر سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ ایسے اجزاء پر مشتمل غذا میں چونکہ کیلشیم زیادہ ہوتا ہے، اس لئے آپ خود کو ہڈیوں کے گھلاؤ اور کمزوری سے بھی محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ پھلوں، سبزیوں اور اناج کے ریشے کی وجہ سے آپ کے خون میں شکر کی سطح کم ہو جائے گی اور آپ اس طرح ذیابیطس قسم دوم پر بھی دوا کے بغیر قابو پا لیں گے۔ ایسی غذاؤں کا طویل استعمال آپ کو سرطان کی بعض اقسام سے بھی محفوظ کر دے گا۔

سڈول اور چست بنئے: ۔ پچھلے دس برس میں حیرت انگیز انکشاف یہ ہوا ہے کہ وزن برداری کی ورزشوں سے بوڑھے ہونے کا عمل رک جاتا ہے۔ ان ورزشوں سے توانائی میں اضافہ ہوتا ہے، گھلتی ہڈیوں کا حجم بڑھتا ہے اور گھٹنے، گٹھیا کے درد سے نجات پا جاتے ہیں۔ اسکے علاوہ یہ بھی ضروری ہے کہ آپ ایروبک ورزشیں مثلاً واک، جاگنگ، سائیکلنگ وغیرہ بھی کرتے رہیں۔ اب تیز واک ہی کو لیجئے۔ ہفتے میں تین دن آدھے گھنٹے کی واک بڑی صحت بخش ثابت ہوتی ہے۔ بس یوں سمجھئے کہ جوں ہی آپ یہ ورزش شروع کرتے ہیں، آپ کے قلب کو زور سے دھڑکنا پڑتا ہے اور اسی کے ساتھ خون کی رگیں لچک دار ہونے لگتی ہیں اور بلڈ پریشر میں کمی آنے لگتی ہے۔ ورزش کے 18 سے 24 گھنٹے بعد جسم کے لئے انسولین کی ضرورت میں کمی آنے لگتی ہے۔ گویا آپ کے ذیابیطس میں مبتلا ہونے کا خطرہ گھٹنے لگتا ہے۔ ایک ماہر کے مطابق جو لوگ ہفتے میں صرف چند گھنٹے ورزش کر لیتے ہیں وہ اپنے لئے ذیابیطس قسم دوم کے خطرے میں نمایاں کمی کر لیتے ہیں۔

آقا پر توکل

حضرت شفیق بلخیؒ کے زمانہ میں ایک سال بلخ میں سخت قحط پڑا، لوگ ایک دوسرے کو کھا رہے تھے۔ اس عالم مصیبت میں آپ نے دیکھا کہ ایک نوجوان سر بازار ناچ رہا ہے۔ لوگوں نے پوچھا کہ تم کیوں ناچ رہے ہو جبکہ تمام خلقت مصیبت میں مبتلا ہے۔ تمہیں اپنی روش پر شرم آنی چاہئے۔ نوجوان نے جواب دیا کہ مجھے کوئی غم نہیں، میرا مالک ایک پورے گاؤں کا مالک ہے اور وہ میری روزی کا کفیل ہے۔ آپ نے پکار کر کہا، خدایا! یہ نوجوان اس بات پر نازاں ہے کہ اس کا مالک پورے گاؤں کا مالک ہے۔ تو شہنشاہوں کا شہنشاہ ہے اور روزی کا وعدہ کر چکا ہے پھر ہم بدنصیب اپنے آپ کو رنج و مصیبت میں مبتلا سمجھتے ہیں۔ پھر آپ نے توبہ کر کے راہ حق کو اختیار کر لیا۔ (انتخاب: ۔ حبیب اللہ، گوجرانوالہ)

برا آدمی: برا آدمی کسی کے ساتھ نیک گمان نہیں رکھتا، کیونکہ وہ ہر ایک کو اپنے جیسا خیال کرتا ہے۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

قارئین آپ بھی قلمی عملی کریں۔ اپنے روحانی اور طبی مشاہدات لکھیں نیز عبقری کے آزمائے ہوئے تجربات سے دوسرے قارئین کو ضرور مستفید کریں اور اپنی تحریر صفحے کے ایک طرف اور خوشخط لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔ نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

صلوٰۃ الحاجات سے مشکلات کا حل

حکیم صاحب! میرا ایک دوست جس کا نام گل مست ہے، اس نے ایک قصہ سنایا۔ میں ہر جمعہ کو اپنے گوٹھ میں ایک مولوی صاحب کو دعوت دے کر وعظ کے لئے بلاتا ہوں اور اللہ کی توفیق سے خاطر تواضع بھی کرتا ہوں لیکن اس جمعہ کو میرے پاس پیسے بھی نہیں تھے حالانکہ میں گورنمنٹ ملازم ہوں پھر بھی پریشانی نے آن گھیرا۔ بھائی کو فون کیا اس کے پاس بھی پیسے نہیں تھے۔ سبزی تو گھر میں تھی لیکن مجھے شرم آ رہی تھی کہ سبزی کیسے کھلاؤں۔ ہر جمعہ کو گوشت اور مرغی ہوتی ہے اسی دوران مجھے خیال آیا کہ کیوں نہ میں صلوٰۃ الحاجات پڑھ لوں۔ میں نے دو رکعت صلوٰۃ الحاجات پڑھی اور بعد میں دعا کے لئے ہاتھ اٹھائے پورے یقین اور پوری آہ وزاری سے خدا سے دعا کی کہ اے اللہ پاک! اب بندوبست کر دے۔ میں نماز سے فارغ ہو کر گھر آ گیا۔ 10 منٹ کے بعد ایک دوست آیا انہوں نے مجھے دو کلو مچھلی دی کہ بھائی تمہارے لئے لایا ہوں۔ حکیم صاحب! اگر بندے میں اللہ پر یقین اور توکل ہو تو غیبی امداد بھی ہو جاتی ہے۔ ویسے ہر بندہ اللہ کو پیارا بھی تو ہے پھر وہ کیسے اپنے بندوں کو پریشان کر سکتا ہے۔ صلوٰۃ الحاجات سے کافی مشکلات حل ہوئی ہیں۔ ہم نے اللہ کو چھوڑ دیا ہے تب ہی تو یہ پریشانیاں آتی ہیں۔ جب صبح کی نماز کے وقت رزق مل رہا ہوتا ہے تب ہم نیند لے رہے ہوتے ہیں جب آدھی رات کو صدائیں آتیں ہیں تب ہم خواب دیکھ رہے ہوتے ہیں۔ (ابن عبداللہ، سندھ)

قرض کی ادائیگی کیلئے

سورۃ الضحیٰ کا وظیفہ ہر نماز کی ہر رکعت میں ایک بار پڑھیں انشاء اللہ تعالیٰ قرض نہ رہے گا۔

شوگر کا نسخہ:۔ تبوک سعودیہ کے چیف جسٹس شیخ صالح محمد نے طویل عرصہ تجربات کے بعد شوگر کے مریضوں کیلئے ایک بہت مؤثر اور سستی دوا ایجاد کی ہے جس کا تیار کرنا بھی آسان ہے۔ اس کا نسخہ یہ ہے۔

تر مکھی 100 گرام، لوبان 100 گرام، ہینگ 100 گرام، مصبر 100 گرام، کلونجی 100 گرام، 3 سیر پانی۔ پانچوں چیزیں سو سو گرام لے کر پیس لیں۔ اب اس مرکب کو تین سیر پانی میں ڈال کر دس منٹ تک خوب جوش دلائیں اور چولہے سے اتار کر اس تمام مرکب کو ٹھنڈا کر لیں اور پھر چھان کر کسی برتن یا بوتل میں محفوظ کر لیں۔ دوا تیار ہے۔ ترکیب استعمال یہ ہے۔

ہر صبح نہار منہ ایک کافی کپ (عربی قہوہ کپ چھوٹا) یا چار بڑے چمچ دوا ناشتے سے پہلے، روزانہ چالیس دن تک استعمال کرنی ہے۔ اس کے بعد تین دن تک (ایک ایک دن چھوڑ کر) استعمال کی جائے اور پھر بالکل بند کر دی جائے۔ آپ جو چاہیں کھائیں پئیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ آپ تندرست ہو چکے ہونگے۔ بعض مریضوں کو دوا کے استعمال کے دوران یا آخر میں اسہال یا رفع حاجت کے بعد تکلیف محسوس ہوگی یا ہو سکتی ہے۔ مگر گھبرانے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ اس لیے کوئی دوسری دواء استعمال نہ کی جائے۔ شوگر کی اس دوا سے قبض، گیس موٹاپا اور خرابی خون کی وجہ سے خارش کے مریضوں کو بھی خاطر خواہ فائدہ ہوا ہے۔

نوٹ: (40) یوم مسلسل صبح نہار منہ، پھر دو دن کا وقفہ کر لیں (42 یوم)، (44 یوم)، (46 یوم) اس کے بعد بالکل بند کر دیں۔ آپ سے گزارش ہے کہ عوام الناس کے فائدے کیلئے اس نسخہ کو عام کریں تا کہ آپ دین و دنیا کی فلاح پائیں۔ (منیر احمد جہانیاں)

سوچنے کا مقام

قارئین کرام آج جس بات نے مجھے قلم اٹھانے پر مجبور کیا ہے اس کی وجہ ایک اعلان ہے جو دیہات میں قریبی مسجد سے روزانہ ہوتا ہے۔ قاری صاحب کہتے ہیں کہ بچوں کے قرآن پڑھنے کا وقت ہو گیا ہے انہیں مسجد بھجوا دیں۔ میں روزانہ سوچتی ہوں کیا قاری صاحب کے فرائض میں یہ بات بھی شامل ہے کہ وہ روزانہ بچوں کو بلانے کے لئے اعلان کریں۔ ایک زمانہ تھا کہ علم کے پیاسے دور دراز سے علم حاصل کرنے کے لئے سفر کرتے تھے اب والدین بھی ایسے ہیں کہ توجہ نہیں دیتے تو بچوں پر کس بات کا گلا کہ وہ پڑھنے پر دھیان نہیں دیتے۔ دنیاوی تعلیم پر تو والدین اس قدر توجہ دیتے ہیں کہ اچھے سے اچھے سکول کا انتخاب ہوتا ہے پھر اکیڈمی میں بچے کو بھیجا جاتا ہے تا کہ پوزیشن حاصل کر سکے مگر بہت افسوس کے ساتھ یہ بات لکھ رہی ہوں کہ ہم میں سے بہت ہی کم ایسے ہیں جو اپنے بچوں کی دینی تعلیم کے لئے تردد کرتے ہوں۔ بہت سے لوگ کہتے ہیں ساری عمر پڑی ہے، قرآن بھی پڑھ لیں گے۔ اچھی پوزیشن لیتے رہیں تو آئندہ زندگی میں کامیاب ہوں گے۔ دنیا کے لئے اتنی فکر کہ بچہ کچھ بن جائے مگر آخرت کے لئے بہت کم لوگوں کا دھیان ہوتا ہے کہ ہمارا بچہ قرآنی تعلیمات حاصل کر کے ہمارے لئے صدقہ جاریہ بنے۔ جب ہم دنیا میں نہ رہیں تو ہمارے ایصال ثواب کے لئے ہاتھ اٹھا کر دعا مانگے۔ اولاد کی دعا ماں باپ کے حق میں جلد قبول ہوتی ہے۔ ہم شاید یہ بات بھول گئے ہیں کہ جتنی نعمتیں ہمیں ملی ہیں ان کے بارے میں باز پرس بھی ہوگی اور ان میں اولاد کی تربیت کے بارے میں بھی پوچھا جائے گا۔ نبی کریم ﷺ کا ارشاد پاک ہے کہ باپ اپنی اولاد کو جو دیتا ہے ان میں بہترین چیز اچھی تربیت ہے۔

میرا لکھنے کا مقصد بھی یہی ہے کہ خدارا پہلے اپنے بچے کو مسلمان بنائیں پھر اسے ڈاکٹر، انجینئر یا پائلٹ بنانے کے بارے میں سوچیں کیونکہ دنیا کے رتبے اور ترقیاں یہیں رہ جائیں گی۔ ہماری آخرت میں صرف ایمان کی مضبوطی ہی کام آئے گی۔ بچوں کو قرآن کی تعلیم دلوائیں۔ نماز پڑھنے کا درس دیں اس کے لئے آپ کو خود ان کے لئے نمونہ بننے کی ضرورت ہے۔ آپ جو کریں گے بچہ اس کی تقلید کریگا۔ ایک اور بات معذرت کے ساتھ لکھنا چاہوں گی کہ جو بچہ سکول کی تعلیم حاصل کرنے میں پیچھے رہ جاتا ہے یا پڑھنا نہیں چاہتا تو اسے مدرسے میں حفظ قرآن کی تعلیم کے لئے بھجوا دیا جاتا ہے اور والدین کہتے ہیں چلو نہیں پڑھتا تو نہ سہی۔ قرآن پاک ہی حفظ کرے مگر عدم توجہ کی وجہ سے بچہ وہاں سے بھی کچھ حاصل نہیں کر پاتا۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ بچوں کی دینوی و دنیاوی تعلیم پر دھیان رکھا جائے۔ خود کو مثال بنا کر بچے کی ان خطوط پر پرورش کریں کہ وہ نہ صرف دنیا بلکہ آخرت میں بھی کامیابی سے ہمکنار ہو اور آپ کیلئے نجات کا ذریعہ بن سکے۔ (ہمشیرہ محمد اکمل فاروق، سرگودھا)

بیماریوں، غموں اور تفکرات کا صدقہ سے علاج

(عزیز الرحمٰن 23 جنوبی سرگودھا)

حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا۔ اپنے مالوں کو زکوٰۃ ادا کر کے پاک کرو اور اپنے بیماروں کا صدقہ سے علاج کرو اور مصیبتوں کی موجوں کا دعا سے استقبال کرو۔ کنز العمال میں کئی احادیث میں یہ مضمون آیا ہے کہ اپنے بیماروں کی صدقہ سے دوا کیا کرو اور تجربہ بھی اس کا شاہد ہے کہ صدقہ کی

جنت میں ایک محل:۔ رسول کریم ﷺ نے فرمایا: جو شخص دس مرتبہ قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ پڑھے اللہ تعالیٰ اسکے واسطے جنت میں ایک گھر بنا دیتے ہیں

کثرت بیماری سے شفاء ہے۔ایک حدیث میں آیا ہے کہ صدقہ سے بیماروں کا علاج کیا کرو کہ صدقہ آبرو ریزیوں کو بھی ہٹاتا ہے اور بیماریوں کو بھی ہٹاتا ہے اور نیکیوں میں اضافہ کرتا ہے اور عمر کو بڑھاتا ہے۔ایک حدیث میں آیا ہے کہ صدقہ ستر بلاؤں کو روکتا ہے جن میں کم سے کم درجہ جذام کی اور برص کی بیماری ہے (کنزالعمال)۔ایک حدیث میں آیا ہے کہ اپنے تفکرات اور غموں کی تلافی صدقہ سے کیا کرو اس سے حق تعالیٰ شانہ تمہاری مغفرت کرے گا اور تمہارے دشمن پر بھی مدد کرے گا۔

حضرت عبداللہ بن مبارکؒ کے پاس ایک شخص حاضر ہوئے اور عرض کیا میرے گھٹنے میں ایک زخم ہے۔ہر قسم کی دوا اور علاج کر چکا ہوں کسی سے بھی فائدہ نہیں ہوتا۔بڑے بڑے طبیبوں سے بھی رجوع کر چکا ہوں۔حضرت عبداللہ بن مبارکؒ نے فرمایا جس جگہ پانی کی قلت ہو وہاں ایک کنواں بنوا دو مجھے اللہ کی ذات سے امید ہے کہ جب اس میں پانی نکل آئے گا تب تمہارے گھٹنے کا خون بند ہو جائے گا۔چنانچہ انہوں نے ایسا ہی کیا اور گھٹنے کا زخم اچھا ہو گیا۔مشہور محدث ابو عبداللہ حاکمؒ کے چہرہ پر ایک زخم ہو گیا تھا۔ہر قسم کے علاج کئے۔کوئی بھی کارگر نہ ہوا ایک سال اسی حال میں گزر گیا۔ایک مرتبہ استاد ابو عثمان صابونیؒ سے دعا کی درخواست کی۔جمعہ کا دن تھا انہوں نے بڑی دیر تک دعا کی۔مجمع نے آمین کہی دوسرے جمعہ ایک عورت حاضر ہوئیں اور ایک پرچہ مجلس میں پیش کیا جس میں یہ لکھا تھا کہ میں گزشتہ جمعہ کو جب گھر واپس گئی تو حاکم کیلئے بہت اہتمام سے دعا کرتی رہی۔میں نے خواب میں حضور اقدس ﷺ کی زیارت کی۔حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ حاکم سے کہہ دو کہ مسلمانوں پر پانی کی وسعت کرے۔حاکم نے یہ سن کر اپنے گھر کے دروازہ پر ایک سبیل قائم کر دی جس میں پانی کے بھرنے کا اور اس میں برف ڈالنے کا اہتمام کیا۔ایک ہفتہ گزرا تھا کہ چہرہ کے سب زخم بالکل اچھے ہو گئے اور پہلے چہرہ سے زیادہ خوشنما ہو گیا۔(ترغیب)

بندہ نے یہ واقعہ ایک بزرگ سے خود سنا ہے کہ ایک شخص کسی متعدی مرض میں مبتلا تھا اور ڈاکٹر اس کا علاج کر رہے تھے۔ایک دن ڈاکٹروں نے کہا کہ مرض اس کے سارے جسم میں پھیل گیا ہے اور اس کا بچنا محال ہے۔اس مریض نے یہ سن کر فوراً ایک خطیر رقم صدقہ کرنے کا اظہار کر دیا۔تھوڑی دیر بعد بالکل تندرست معلوم ہونے لگا۔ڈاکٹر بھی حیران تھے۔ایک اور واقعہ عرض کرتا ہوں کہ میرے ایک انتہائی قریبی دوست بھائی، اپنی اہلیہ اور بیٹی کے ہمراہ حج کی سعادت حاصل کرنے جا رہے تھے۔روانگی سے صرف چند دن قبل بہت گھبرائے ہوئے ملے کہ میری اہلیہ جو ان کے ساتھ حج پر جا رہی تھی، بہت بیمار ہو گئی ہے۔مجھے یاد ہے وہ اتوار کا دن تھا جس ڈاکٹر سے علاج کروانا تھا ان کا کلینک بھی بند تھا۔میں نے ان سے عرض کیا پریشانی کی ضرورت نہیں ہم ایک قریبی مدرسہ میں گئے اور میرے اس دوست نے ایک خطیر رقم صدقہ کی۔اللہ جل شانہ نے ایسا کرم فرمایا کہ بغیر دوائی کے ان کی اہلیہ کی طبیعت سنبھل گئی اور حج بھی عافیت سے ہو گیا۔

معذرت

عبقری مارچ 2009ء کے صفحہ 30 پر ''قوت اور طاقت کیلئے (کریم اللہ کوئٹہ)'' کے نام سے ایک نسخہ غلطی سے چھپ گیا ہے۔جس کیلئے ادارہ معذرت خواہ ہے۔قارئین اس پر عمل نہ کریں۔ **(ادارہ)**

ہاتھ دھونے کا عالمی دن اور اسلام کی تعلیمات

15 اکتوبر 2008ء کو ہاتھ دھونے کا عالمی دن منایا گیا اور کئی شخصیات کو اس دن ہاتھ دھوتے ہوئے دکھایا گیا۔اس دن کے منانے کا مقصد صحت مندانہ ماحول کیلئے ہاتھ دھونے کی اہمیت کو اجاگر کرنا تھا۔اللہ جل شانہ کا کس قدر انعام واحسان ہے جس نے ہمیں ایسا دین عالیشان عطا فرمایا جس میں طہارت وپاکیزگی کو بنیادی حیثیت حاصل ہے۔کوئی عبادت اس کے بغیر قابل قبول نہیں۔اگر اسلام کے سچے اور سنہری اصولوں کے مطابق زندگی گزاری جائے تو اس قسم کے کئی عالمی دن منانے کی ہرگز ضرورت نہ پڑے۔قرآن پاک میں واضح ارشاد ربانی ہے۔بے شک اللہ تعالیٰ توبہ کرنے والوں اور پاک صاف رہنے والوں کو پسند کرتا ہے۔حضور ﷺ کے ارشادات میں صفائی کو ایمان کا حصہ قرار دیا گیا ہے۔آخر میں چند مواقع عرض کرتا ہوں جن میں تقریباً روزانہ ہاتھ دھونے کی ترغیب اسلامی تعلیمات میں دی گئی ہے۔صبح نیند سے بیدار ہونے کے بعد سب سے پہلے ہاتھ دھونے کا حکم ہے۔اس طرح دن کا آغاز ہی ہاتھ دھونے سے ہوا، پانچ فرض نمازوں کے لئے جتنی دفعہ وضو کیا جائے گا اس میں نہ صرف ہاتھ بلکہ دیگر اعضاء بھی دھوئے جاتے ہیں۔کھانا کھانے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ دھونا کھانے کے آداب میں شامل ہے۔جتنی مرتبہ استنجا کرنے کی ضرورت پیش آئے گی ہاتھ بھی دھوئے جائیں گے۔ایک روایت میں آیا ہے کہ رات کو سونے سے قبل حضور ﷺ اس طرح وضو کا اہتمام فرماتے تھے جیسے نمازوں کیلئے کیا جاتا ہے آپ ﷺ کی اتباع میں جو بھی سونے سے قبل وضو کرنے کا اہتمام کرے گا۔یقیناً ہاتھ دھوئے گا لہٰذا دن کا اختتام بھی ہاتھ دھونے سے ہوا۔(مرسلہ:۔عبدالرحمٰن، پشاور)

چھوٹی عمر میں بال سفید ہو جائیں

برگ نیم تازہ برگ بیری (چھوٹے بیر والی بیری ہو) 1-1 پاؤ، پانی سے دھو کر کونڈے میں ڈنڈے سے گھوٹ کر مالیدہ کریں۔تیل سرسوں ڈیڑھ کلو میں ڈال کر پکا لیں۔پتے جب سرخی سیاہی مائل ہو جائیں تو اتار کر ٹھنڈا کر کے بوتل میں محفوظ کریں۔اگر پانی تیل میں موجود ہو تو ہلکی آگ پر پکا کر خشک کر لیں۔یہ تیل متواتر سال بھر لگاتے رہیں۔خوراک مغز 200 گرام، سونف 100 گرام، الائچی دانہ کلاں 50 گرام۔کوٹ پیس کر موٹی چھاننی سے چھان لیں۔چینی ½ کلو، پانی 250 گرام میں ڈال کر قوام چاشنی بنائیں۔نیچے اتار کر تینوں اشیاء ملا دیں اور کسی پرات میں ڈال کر رکھ دیں۔ٹھنڈا ہونے پر چاقو سے برفی کی طرح کاٹ کر ٹکڑے کر لیں۔25 گرام روزانہ صبح و شام متواتر کھلائیں۔ ½ کلو دودھ پلائیں۔6 ماہ تا ایک سال متواتر کھلائیں۔25/20 یوم بعد 5/6 یوم کا ناغہ کر لیا کریں۔انشاء اللہ تعالیٰ بال سفید نہ ہوں گے۔سبزیاں پتوں والی مثلاً چقندر، شلجم، مولی مع پتوں کے پکا کر سالن کھائیں۔بند گوبھی، گھیا توری، دیسی توری بہت مفید ہیں۔ٹماٹر، گاجر، مٹر کے دانے نکال کر سوپ بنا کر پلائیں، ایک دو بوٹی گوشت چھوٹا ڈال لیں یا مرغی کا گوشت۔(حکیم رشید احمد، قصور)

(بقیہ:۔عبقری سے فیض پانے والے)

تھا کہ وہ شخص اٹھ کر چلا گیا۔یہ سب اس آیت کا کرشمہ تھا اسی طرح ایک مرتبہ میں اور میرے چند دوست ایک دوست کے گھر میں بیٹھے تھے تو وہاں بھی ایک ناگوار شخص ہماری محفل میں آ گیا تو میرے اسی دوست نے مجھے کہا جو کہ میرے کزن بھی ہیں ان کا نام امجد ہے، کہا کہ اسی آیت کا کرشمہ دکھاؤ۔میں نے مذکورہ بالا آیت پڑھنا شروع کر دی۔ابھی چند مرتبہ پڑھی تھی کہ وہ شخص وہاں سے اٹھ کر چلا گیا۔پھر میرے چند دوستوں نے اس آیت کا پوچھا اور کہا کہ ہم کو بھی بتاؤ میں نے ان کو بھی یہ آیت دی۔انہوں نے بھی پڑھا اور ان کو 100 فیصد رزلٹ حاصل ہوا۔پھر انہوں نے مجھ سے پوچھا کہ تم کو یہ آیت کہاں سے ملی تو میں نے عرض کیا کہ مجھے یہ آیت جناب حکیم محمد طارق محمود صاحب کی کتاب ''بدترین پریشانیوں کیلئے لاجواب وظائف'' سے حاصل ہوئی۔یہی عمل جناب حکیم طارق محمود صاحب کی کتاب ''کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات'' میں بھی موجود ہے۔

حکمت کی جگہ:۔حکمت جہاں سے ملے لے لو اس لیے کہ دانائی منافق کے دل میں بے چین رہتی ہے

کچن سے ازدواجی طاقتوں کے مشورے

محمد نثار، گوجرانوالہ

زیرہ سیاہ وسفید اگرچہ قوت ہاضمہ کے لئے نہایت مفید ہیں لیکن اسکا زیادہ استعمال باہ کیلئے نقصان دہ ہے۔قوی الباہ شخص اگر زیرہ کو دوتین تولہ کی مقدار میں روزانہ صبح گھوٹ کر پیئے تو دوتین ہفتوں کے بعد ہی کمزوری محسوس کریگا لیکن اسکا اثر طبیعت کے مطابق ہوتا ہے۔

جو خوراک ہم روزانہ کھاتے ہیں وہی معدہ میں کیمیائی طریقہ سے تحلیل ہو کر صاف وصالح خون پیدا کرتی ہے۔اسی خون سے وہ جوہر پیدا ہوتا ہے۔ جو زندگی کی بنیاد اور جوانی کی لذتوں کا خزانہ تصور کیا جاتا ہے۔اگر یہ خوراک ایسی ہوگی کہ اس سے تازہ خون کثیر مقدار میں نہ پیدا ہو سکے تو اس سے یقینی طور پر قوت مردمی کو نقصان پہنچے گا لیکن اگر یہی خوراک اپنے اندر ایسے اجزاء رکھتی ہو جن سے صاف اور تازہ خون باافراط پیدا ہو تو قوت مردمی کو اس سے نفع پہنچنا ایسا ہی یقینی ہے جیسا کہ سورج کی شعاعوں کے دنیا میں ادھر ادھر بکھرنے سے اجالے کا ہو جانا۔ جو غذائیں دل ودماغ، جگر اور معدہ کو تقویت دیتی ہیں وہ قوت باہ میں اضافہ کرتی ہیں اور اس کے برخلاف جو غذائیں اعضائے رئیسہ کو کمزور کرتی ہیں وہ قوت مردمی کو تباہ وبرباد کر دیتی ہیں۔

قابض غذائیں:۔ وہ غذائیں قوت مردمی کے لئے ازحد نقصان دہ ہیں جو قبض پیدا کریں۔قبض سے معدہ کا فعل تباہ وبرباد ہو جاتا ہے۔قبض کی وجہ سے معدے کے بخارات دماغ کو چڑھتے ہیں تو اس سے وہ احساس شہوت مضمحل ہو جاتا ہے جس سے باہ میں حرکت پیدا ہوتی ہے۔اس کے متعلق کوئی اصول مقرر نہیں کیا جا سکتا کہ فلاں غذا یقیناً قابض ہے اور فلاں نہیں۔مختلف انسانوں کے مزاج اور قوت ہاضمہ کی قوتیں مختلف ہیں۔ جو چیزیں طبی اصول کے مطابق قابض شمار کی جاتی ہیں، تجربہ ثابت کرتا ہے کہ بعض لوگوں پر ان کا کوئی خاص اثر نہیں ہوتا۔پھر ان تمام چیزوں کی تشریح کے لئے ان صفحات میں گنجائش بھی نہیں ہے جو طبی طور پر قبض پیدا کرنے کی ذمہ دار ٹھہرائی گئی ہیں۔اس لئے مختصر طور پر اتنا ذہن نشین کر لیجئے کہ کوئی غذا بھی جو کسی انسان کے لئے قابض ثابت ہوتی ہے۔ وہ قابل ترک ہے۔خواہ وہ کتنے ہی مقوی اثرات کی حامل بتائی جاتی ہو۔طبی طور پر چنا اور ارد بہترین مقوی باہ دالیں ہیں۔لیکن جن لوگوں کو یہ قبض میں مبتلا کر دیتی ہوں۔ان کو یہ باوجود مقوی باہ ہونے کے بھی سخت نقصان پہنچائیں گی۔اس لئے ان کے مقوی باہ فوائد کو، نظرانداز کرتے ہوئے اپنی قوت کو برقرار رکھنے کے شائقین کو ان سے نسبتاً کمزور دالیں کھا لینا زیادہ بہتر ہوگا۔

گرم مصالحہ جات:۔ آج کل ہر خواص وعوام کا رجحان طبع چٹپٹی اور مصالحہ دار چیزوں کی طرف بہت زیادہ ہو گیا ہے۔اس لئے یہ واضح کر دینا نہایت ضروری معلوم ہوتا ہے کہ اگرچہ بعض تیز اور مصالحہ دار چیزیں محرک باہ ہوتی ہیں لیکن اصولی طور پر ہر ایک تیز محرک باہ چیز قوت باہ کو نقصان پہنچاتی ہے۔اس اصول کے ماتحت یہ احتیاط رکھنی چاہئے کہ حتی الوسع بہت زیادہ مصالحہ دار اور چٹپٹی چیزوں سے احتراز کیا جائے لیکن جہاں باہ کو تحریک دینے کی ضرورت ہو اور کوئی سخت گرم دوا نہ کھلائی جا رہی ہو۔ مریض کا مزاج بادی ہو یا بلغمی ہو وہاں گرم مصالحہ نہایت مفید ثابت ہوگا۔

زیرہ باہ کو کمزور کرتا ہے:۔ زیرہ سیاہ وسفید اگرچہ قوت ہاضمہ کے لئے نہایت مفید ہیں لیکن اسکا زیادہ استعمال باہ کیلئے نقصان دہ ہے۔قوی الباہ شخص اگر زیرہ کو دوتین تولہ کی مقدار میں روزانہ صبح گھوٹ کر پیئے تو دوتین ہفتوں کے بعد ہی کمزوری محسوس کریگا لیکن اسکا اثر طبیعت کے مطابق ہوتا ہے۔

دھنیا کا زیادہ استعمال نقصان دہ:۔ خشک دھنیا گرم مصالحہ کا ایک بہت بڑا جزو ہے۔سبز دھنیا بھی چھونک وغیرہ لگانے کے لئے بہت کثرت سے استعمال میں لایا جاتا ہے لیکن بہت کم لوگ اس راز سے واقف ہیں کہ دھنیا باہ کے لئے ازحد مضر ہے۔سبز دھنیا خشک دھنیے سے بھی زیادہ غیر مفید ہے۔اگر سبز یا خشک دھنیا ایک یا دو تولہ کی مقدار میں گھوٹ کر پلایا جائے تو اچھے خاصے قوی پیکر مرد کو دوتین ہفتوں میں نامرد بنا دیتا ہے۔

گرم مصالحہ کے اجزا:۔ گرم مصالحہ میں دار چینی، سونٹھ، تیزپات اور بڑی الائچی بہت مفید اجزا ہیں۔دار چینی دماغ کے لئے نہایت اکسیری فوائد رکھتی ہے اور باہ کو ہیجان میں لاتی ہے۔سونٹھ بھی مرکز تناسل میں تحریک پیدا کرنے کے لئے بے نظیر چیز ہے۔تیزپات اور بڑی الائچی بھی مقوی باہ اثر رکھتی ہیں۔ان چیزوں کے دیگر فوائد دانستہ نظرانداز کر دیئے گئے ہیں۔بعض لوگ گرم مصالحہ میں لونگ بھی شامل کرتے ہیں۔ کوئی شبہ نہیں کہ لونگ ایک مفید جزو ہے لیکن دار چینی، سونٹھ وغیرہ کے ہوتے ہوئے اس بات کی ضرورت نہیں کہ لونگ گرم مصالحہ میں شامل کر کے اس کی تاثیر کو اور بھی زیادہ گرم اور ایک حد تک مضر بنا دیا جائے۔لونگ کے ایک دو دانے بھی صبح وشام استعمال کرنا گرمی پیدا کر سکتے ہیں لہٰذا میری رائے میں لونگ گرم مصالحہ میں کبھی استعمال نہ کیا جائے۔

لہسن اور پیاز:۔ ہندوؤں کے معزز اور قدیم روش کے پابند گھرانوں میں لہسن اور پیاز کو سخت قابل نفرت سمجھا جاتا ہے۔یوپی کے بعض برہمن، کھشتری اور بنئے تو ان کے نام سے بھی گھبراتے ہیں بعض گھرانوں میں پیاز استعمال ہوتا ہے لیکن لہسن کو تو چھونا بھی گناہ سمجھا جاتا ہے۔مگر یہ ایک سخت غلط فہمی اور طبی اصولوں سے ناواقفیت کا ایک افسوسناک مظاہرہ ہے۔ ہندوؤں کے رشیوں اور منیوں کے بنائے ہوئے آیورویدک گرنتھوں میں لہسن کی تعریف میں زمین و آسمان کے قلابے ملائے گئے ہیں۔حقیقت یہ ہے کہ لہسن اور پیاز دونوں چیزیں ازحد محرک اور مقوی باہ ہیں۔ کچا پیاز کھانا شائد باہ کے لئے زیادہ مفید ہو لیکن اس کا چھونک لگانا صحت بخش بھی ہے۔ کچے پیاز میں چند ایک تیزابی مادے ایسے ہوتے ہیں جو مضر صحت ہوتے ہیں لیکن پکانے سے ان کی پورے طور پر اصلاح ہو جاتی ہے۔ پیاز کے صحت بخش اور مقوی باہ اثرات زمانہ قدیم سے تسلیم ہوتے چلے آئے ہیں۔ مصر قدیم تہذیب کا گہوارہ تسلیم کیا جاتا ہے۔اس کے اہرام بناتے وقت کارکن کثیر مقدار میں پیاز استعمال کرتے تھے اور اسے جسمانی قوت اور صحت کے لئے نہایت مفید مانتے تھے۔لہسن پیاز سے بھی زیادہ مقوی باہ ہے۔حقیقت یہ ہے کہ اس کے مقوی باہ اثرات نہایت ہی نمایاں اور قابل محسوس ہیں۔اگر سالم نخود کی دال کو موسم سرما میں چھ ماشہ سے ایک تولہ تک لہسن کا چھونک لگا کر کوئی بلغمی مزاج کا شخص دوتین ہفتے لگاتار استعمال کرتا رہے تو باہ کو اس قدر غیر معمولی تقویت حاصل ہوتی ہے کہ حیرت ہوتی ہے۔آیورویدک فن طب میں ایسے بیسیوں مقوی باہ نسخے درج ہیں۔جن کا جزو اعظم لہسن ہے۔لہسن پٹھوں کو ازحد قوت دیتا ہے۔بادی اور بلغمی امراض کا قلع قمع کرتا ہے۔اس کے اس قدر فوائد ہیں کہ اگر ان کا تفصیل سے بیان کیا جائے تو کئی صفحے درکار ہیں۔اس لئے صرف اسی قدر لکھنے پر اکتفا کیا جاتا ہے کہ لہسن اور پیاز کے استعمال کرنے سے منہ سے ناگوار سی بو آتی ہے مگر اس کا علاج نہایت آسان ہے۔تھوڑا سا قند سیاہ (گڑ) سونف یا ایک الائچی منہ میں رکھ لینے سے بدبو رفع ہو جاتی ہے۔

عبقری 34 دل کے والو کا بند ہونا: جنڈ کے درخت کی اندرونی سبز چھال کو کورے برتن میں بھگو کر مریض کو پلاتے رہیں، دن میں چند بار کم از کم 40 دن، صرف بڑے جنڈ کی چھال سے علاج کیا جائے۔

اپنے جذبات کا برملا اظہار کیجئے

عبیدالرحمٰن، لاہور

جولوگ بہت نرم مزاج ہوتے ہیں، بہت سلجھی طبیعت کے مالک ہوتے ہیں اور جنہیں کبھی غصہ نہیں آتا انکے لئے عارضہ قلب کا امکان زیادہ ہوسکتا ہے

صبح جلدی اٹھیں اور آج کے دن کیلئے اپنا مقصد سوچیں۔ آپ کی سوچ کچھ اس طرح ہونی چاہئے۔ ''آج میں نے فیصلہ کیا ہے کہ میں اپنے چال چلن کا خود مالک ہوں گا۔ آج میں اپنا کام کسی کو کہے بغیر خود کرنے کی کوشش کرونگا۔ اپنا کام اس طریقے سے انجام دونگا کہ کسی کو مجھ پر کوئی اعتراض نہیں ہوگا۔''

دن کا آغاز

☆سب سے پہلے اپنے رب کے حضور اظہار بندگی کریں اور تنہائی میں اس سے آج کے دن کیلئے بھلائی مانگیں۔

☆ سائیکل چلانا، تیراکی کرنا، دوڑ لگانا یا پیدل چلنا اس طرح کی ورزشیں آپ کرسکتے ہیں۔ضرورت سے زیادہ ورزش آپ کے لئے فائدے کی بجائے نقصان کا باعث بن سکتی ہے۔

☆نیم گرم پانی سے غسل کریں۔

☆ آپ کے ناشتے میں کچھ اس طرح کی چیزیں شامل ہونی چاہئیں جیسے چنے، کریم کے بغیر دودھ، روٹی یا گندم سے بنی ہوئی بریڈ، تازہ پھل یا تازہ پھلوں کا جوس وغیرہ۔

☆ مثبت خیالات کے ساتھ دن کا آغاز کریں۔اپنے آپ کو آج کے دن کیلئے تیار کرنے کے بعد اپنے کام پر جائیں۔

کام کے دوران

☆پورے دن کے لئے منصوبہ بنائیں کہ آپ کس کام کو کس وقت کرنا چاہتے ہیں۔اپنے پروگرام کو اس طرح تشکیل دیں کہ آپ کے پاس کچھ فارغ وقت ہو کیونکہ آپ کو کسی وقت بھی ضروری کام کے لئے جانا پڑسکتا ہے۔

☆اس سے پہلے کہ آپ بے چین اور پریشان ہوں ان باتوں پر غور کریں جو اس کا سبب بنتی ہیں اور سوچیں کہ پریشانیوں سے کس طرح محفوظ رہا جائے۔

☆ پانی کا زیادہ استعمال کریں۔

☆ کسی اہم کام کو کبھی نہ بھولیں، اپنی اہمیت کا اندازہ کریں کہ آپ اپنے لئے کتنے اہم ہیں۔ مثبت ذہنی رویہ رکھیں اور دیکھیں کہ آپ کہاں تک اس میں کامیاب ہوتے ہیں۔

☆ گہرے سانس لیں اور اپنے آج کے مقصد کو پھر دہرائیں۔

☆دوپہر کا کھانا آپ گھر پر کھائیں یا دفتر میں، اس دوران آپ اپنی پریشانیوں اور کام کے متعلق بالکل بھول جائیں۔ کھانا آہستہ کھائیں، اچھی طرح چبا کر کھائیں، کھانے سے پورا پورا لطف اٹھانے کی کوشش کریں۔ان باتوں کو کبھی یاد نہ کریں جو آپ کے لئے پریشانی کا باعث بنتی ہوں۔ دوپہر کے کھانے میں مندرجہ ذیل چیزیں شامل کریں۔تازہ سلاد، پنیر، سبزیات کے ساتھ چاول، روٹی یا آلو کھائیں۔

☆ کافی، چائے اور تمباکو نوشی سے کام کے دوران پرہیز کریں۔اپنے اردگرد کے ماحول کا احساس رکھیں۔

گھر پر

☆ ذہنی دباؤ کیا ہے؟ اس کے متعلق پڑھیں۔غور کریں کہ آپ پر ذہنی دباؤ کس طرح اثر انداز ہوتا ہے؟

☆ آپ اپنے لئے بہت اہم ہیں اس لئے کچھ عرصہ تک اپنے متعلق ضرور سوچیں۔

☆ آپ نے کہاں تک مثبت ذہنی رویہ اپنایا اور کہاں تک آپ آج کے مقصد میں کامیاب ہوئے ہیں۔

☆ کچھ وقت اپنے گھر کی صفائی میں صرف کریں۔اپنے گھر کی اور اپنی چیزوں کو ترتیب سے رکھیں۔اس سے آپ ذہنی طور پر بہتر محسوس کریں گے اور آپ کے اردگرد کا ماحول آپ کیلئے سازگار ہوگا۔

☆اپنے خاندانی تعلقات پر غور کریں۔

☆شام کو کھانا ہلکا اور سونے سے دو گھنٹے پہلے کھانا ضروری ہے۔آس پاس کا ماحول پرسکون اور دلچسپ ہونا چاہئے۔ شام کے کھانے میں یہ چیزیں شامل کریں سوپ، تازہ پھل، کریم کے بغیر دودھ، ایک بریڈ کا ٹکڑا۔

اکیلا پن

☆ آپ کیلئے کچھ وقت اکیلا رہنا بہت ضروری ہے۔

☆ کچھ دیر کے لئے مکمل طور پر آرام کریں اور غور کریں کہ آپ نے آج کا دن کیسا گزارا ہے۔ایسی جگہ کا انتخاب کریں جہاں آپ کے آرام میں کوئی خلل نہ ڈالے۔

☆تقریباً 20 منٹ کیلئے مکمل آرام کریں۔ شروع شروع میں آپ کو یہ مشکل لگے گا لیکن جیسے ہی آپ اس کے عادی ہو جائیں گے تو آپ کو پتہ چلے گا کہ یہ آپ کی بہتری کے لئے ہے۔اس کے بعد 20 منٹ تک غور کریں اور دیکھیں کہ آج آپ نے کیا کام سرانجام دیئے ہیں اور کہاں تک اپنے مقصد میں کامیاب ہوئے ہیں اور کہاں تک آپ اپنا مثبت ذہنی رویہ قائم رکھ سکے ہیں۔

اپنے جذبات کا برملا اظہار کیجئے

حال ہی میں ایک ماہر نفسیات خاتون نے یہ دعویٰ کیا ہے کہ جو لوگ بہت نرم مزاج ہوتے ہیں، بہت منظم ہوتے ہیں، بہت سلجھی طبیعت کے مالک ہوتے ہیں اور جنہیں کبھی غصہ نہیں آتا انکے لئے عارضہ قلب اور سرطان کا امکان زیادہ ہوسکتا ہے۔ ڈاکٹر مائیرز نامی یہ خاتون یونیورسٹی کالج لندن میں پڑھاتی ہیں۔ان کا کہنا ہے کہ ایسے لوگ اپنے منفی جذبات کو دبا کر اور ان کا اظہار نہ کر کے خود فریبی کے مرتکب ہوتے ہیں۔ بقول ڈاکٹر مائیرز ان لوگوں کی مثال ایک شتر مرغ کی سی ہے جو ہر خطرے اور ناخوشگوار بات سے فرار حاصل کرنے کے لئے ریت میں اپنا سر چھپا لیتا ہے۔ان کا اندازہ ہے کہ معاشرے میں ایسے لوگوں کا تناسب دس سے بیس فیصد ہوتا ہے اور انہیں ان کے نرم رویئے، تعاون اور نپے تلے انداز گفتگو سے پہچانا جاسکتا ہے۔

ڈاکٹر مائیرز کہتی ہیں کہ اپنے حقیقی جذبات کو دبانے والے یہ لوگ ملاقات کے مقررہ وقت سے پہلے ہی پہنچ جاتے ہیں، کبھی کوئی بات بھولتے نہیں، ہمیشہ گفتگو اور رویئے میں نرم ہوتے ہیں اور غصہ تو کرتے ہی نہیں۔ یہ سچ ہے کہ جب ان کا معائنہ کیا جاتا ہے تو ان کی تشویش اور ذہنی دباؤ کی سطح کم ہوتی ہے تاہم ان کا جسم کچھ اور ہی بتاتا ہے۔ دباؤ اور پریشانی کی صورت میں وہ یہی دعویٰ کرتے ہیں کہ ان پر اثر نہیں ہوا اور وہ گھبرائے نہیں ہیں، لیکن جسمانی طور پر جو دباؤ وہ محسوس کرتے ہیں اسکا اثر دل کی دھڑکن اور فشار خون میں اضافے کی شکل میں ظاہر ہوجاتا ہے جو ظاہر ہے کہ انکی صحت کیلئے نقصان دہ ہے۔(باقی صفحہ نمبر 38)

(بقیہ:۔ اپنی زندگی کو با مقصد بنائیں)

ان ماہر نفسیات خاتون کا تحقیقی مقالہ رسالہ "سائیکولوجسٹ" میں شائع ہوا ہے اوران کی رائے میں اپنے جذبات کو دبانے والے لوگ، بجائے حالات کا مداوا کرنے اور مسئلے کا حل تلاش کرنے کے خود کو دھوکا دینے لگتے ہیں۔ ڈاکٹر مائیرز نے اپنے مقالے میں ایسے تحقیقی مطالعوں کا ذکر بھی کیا ہے جو ان کے خیال کی تائید کرتے ہیں۔ ان مطالعوں سے پتا چلتا ہے کہ یہ لوگ تلخ واقعات کی جانب سے توجہ ہٹانے کے لئے حسین یادوں کا سہارا لیتے ہیں اور تلخ باتوں سے گریز کرتے ہیں خواہ وہ سچ ہی کیوں نہ ہوں۔ اس بات کے خاص شواہد تو نہیں ملتے کہ ایسے لوگوں کو کوئی نفسیاتی نقصان پہنچتا ہے تاہم اس رویئے کا جسمانی تکالیف سے جو تعلق ہے اس کے شواہد ضرور ملے ہیں مثلاً مدافعتی نظام میں کمزوری، دل کی بیماری، سرطان، بلند فشار خون اور کولیسٹرول کی زیادتی۔

(بقیہ:۔ نبوی ﷺ راز! صرف دکھی مریضوں کیلئے)

ھوالشافی:۔ انجیر 3 دانے، سونف ½ چمچ چائے والا، سبز پودینہ دیسی، (پتے اور شاخ سمیت) ایک عدد پودینہ اور انجیر ٹکڑے ٹکڑے کر کے 2 کپ پانی میں بھگو دیں۔ صبح ابالیں جب ایک کپ باقی بچے تو اتار کر ٹھنڈا کر کے خوب مل چھان کر حسب ضرورت میٹھا ملائیں ورنہ ایسے ہی چسکی چسکی یا گھونٹ گھونٹ پئیں۔ ایسا دن میں 3 سے 4 بار استعمال کریں چند ہفتے موسم گرما میں اسی طرح رات کو تیز ابلتے پانی میں بھگو دیں صبح خوب مل چھان کر میٹھا ملائیں ایسے ہی پی لیں گرم نہ کریں۔ قارئین! آپ بھی اپنے تجربات ٹوٹکے مشاہدات روحانی اور طبی واقعات لکھیں چاہے ٹوٹا پھوٹا لیکن ضرور لکھیں۔

(بقیہ:۔ ختنہ...... جدید سائنس کی روشنی میں)

کے بغیر چارہ نہیں ہوتا یہ علاج کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔

موجودہ زمانہ میں طبی مشورہ کے ماتحت بعض امراض میں مریض یا کسی مضروب کے جسم میں کسی مناسب وموزوں تندرست آدمی کے خون کا داخل کرنا نہایت کارگر علاج ثابت ہوا ہے لیکن مریض کے جسم سے کسی مرض میں یا کسی حالت میں خون کا اخراج (ماسوائے پھوڑے پھنسیوں وغیرہ کے) خواہ وہ فاسد ہی کیوں نہ ہو اس کے لئے مضر خیال کیا جاتا ہے۔ دور حاضر کا ڈاکٹر مانے یا نہ مانے ہمارا ذاتی تجربہ ہے کہ بعض امراض میں یونانی طریق فصد یعنی مریض کے جسم سے ایک خاص مقدار میں کسی خاص حصہ بدن سے خون نکالنا بڑا مفید اور موثر علاج ثابت ہوتا ہے۔ ختنہ کا حکم اسی طبی اصول کے ماتحت ہے اور اس عمر میں اس طرح خون کا اخراج بچے کی صحت پر بڑا اچھا اثر ڈالتا ہے اور بہت سے مخصوص مردانہ امراض کے لئے حفظ ماتقدم ہوتا ہے۔ جن اقوام میں اس کا رواج نہیں ہے ان میں ماؤں کو بڑی احتیاط سے کام لینا پڑتا ہے۔ بچے کی اگر یہ کھال نہ کٹی ہوئی ہو تو اس کی اندرونی جانب پیشاب پسینے سے میل کچیل جم کر بعض دفعہ سوزش پیدا کرتی ہے۔ اس کا بچے کے دماغ پر اور بڑی عمر میں شوق رجولیت پر بھی اثر پڑتا ہے۔

اس طرح سے بیرونی مادوں سے ہونے والے دمہ کو الرجک دمہ کہتے ہیں جو یہ موسم ختم ہونے اور فضا کے صاف ہونے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔

احتیاطی تدابیر:۔ صبح نماز فجر کے بعد کھلے میدان میں آدھے گھنٹے تک لمبے لمبے سانس لیجئے۔ گھر کی صفائی پر خصوصی توجہ دیجئے۔ گرد و غبار سے محفوظ رہیے۔ کھٹی تیل والی اشیاء سے احتیاط کیجئے۔ مقوی غذاؤں کا استعمال زیادہ کیجئے۔

(بقیہ:۔ جلد اور بالوں کو حسن دیجئے)

50 سال کے لگ رہے ہوں۔ اس کے ایک ماہر ڈاکٹر ولیم فرائڈ مین کے مطابق اس کا بہترین وقت 44-45 سال کی عمر ہوتی ہے، کیونکہ اس وقت نہ صرف یہ کہ بالعموم صحت اچھی ہوتی بلکہ جسم بھی چست اور توانا رہتا ہے۔ چہرے کے دیگر حصوں کے مقابلے میں آنکھیں سب سے زیادہ متاثر ہوتی ہیں۔ ان کی جلد لٹک جاتی ہے جس کی وجہ سے پلکیں بوجھل نظر آتی ہیں اور عمر زیادہ محسوس ہوتی ہے۔ پلکوں کی سرجری میں آنکھوں کے اطراف کی جلد کے علاوہ ان کے عضلات اور چربی بھی نکالنی پڑتی ہے، اس لئے یہ عمل بار بار نہیں کروانا چاہئے۔ مناسب یہی ہوتا ہے کہ یہ عمل بھوؤں اور پلکوں کے درمیانی حصے میں کیا جائے بشرطیکہ ان دونوں کے درمیان مناسب جگہ موجود ہو۔ اس ماہر کی رائے میں آپریشن کے فوری بعد چہرہ جوان تو نظر آنے لگتا ہے لیکن جو لوگ اس وقت زیادہ وزنی یا بھاری بدن ہوتے ہیں آگے چل کر دبلے ہونے کی وجہ سے اور بھی زیادہ عمر کے لگتے ہیں، انہیں اس طرح ایک بار پھر عمل جراحی کرانا پڑتا ہے، اس لئے مناسب یہی ہے کہ 30-35 سال کی عمر ہی سے موٹاپے کے رجحان کو روکا جائے اور جلد کی حفاظت کی تدابیر اختیار کی جائیں۔ روغن بادام، عرق گلاب اور گلیسرین کے آمیزے سے چہرے کی باقاعدہ مالش کی جائے، اچھی متوازن غذا، باقاعدہ ورزش اور خوش دلی کی عادت ڈالی جائیں۔ خیالات اور جذبات کا حسن چہرے پر ضرور ظاہر ہو کر اسے حسین تر بنا دیتا ہے۔

(بقیہ:۔ سنار کی دکان سے قصاب کی دکان تک)

تو مر جائے جبکہ خدا بخش کہتا تھا کہ تو میری خدمت کر کے ثواب کما لے۔ مگر بیوی یہی کہتی تھی کہ "مجھے ثواب کی ضرورت نہیں ہے تو جلدی مر" اور خدا بخش خاموش ہو جاتا، قریب کے تمام ہمسائے خدا بخش کی بیوی کو سمجھاتے تھے کہ بیماری اللہ تعالیٰ کی طرف سے ہے اس میں خدا بخش کا کوئی قصور نہیں ہے۔ وہ معذور ہو گیا ہے تو بیوی کو ہی خدمت و دیکھ بھال کرنی چاہئے مگر الٹا بیوی گھر آ کر خدا بخش کو گالیاں دینے لگتی کہ تو نے ہمسایوں کو میری شکایت کی ہے اور دن رات خدا بخش کے مرنے کی دعائیں مانگنے لگتی۔ ایک رات سونے سے پہلے خدا بخش کی بیوی نے کہا کہ اگر اس نے رات کو کسی حاجت کیلئے اٹھایا تو وہ نہیں اٹھے گی اس کی نیند خراب ہوتی ہے۔ خدا بخش اچھا کہہ کر سو گیا صبح ہو گئی صبح کے سات بج گئے مگر اس کی بیوی نہ اٹھی۔ خدا بخش نے ڈرتے ڈرتے بیوی کو آواز دی مگر کوئی جواب نہ آیا منہ سے رضائی ہٹائی تو دیکھا کہ اس کی بیوی مری پڑی تھی وہی بیوی جو ہر وقت اپنے خاوند کے مرنے کی دعائیں مانگتی تھی جس کو غرور تھا کہ ابھی جوان ہے وہ خود مر گئی جبکہ اس کا خاوند جو بیمار تھا وہ زندہ ہے اور تندرست ہو گیا ہے۔

(بقیہ:۔ بعافیت گھر واپسی کی گارنٹی)

ملنے کافی ہے اور ہر شر سے تم کو محفوظ رکھا گیا، یہ دعا بھی کتنی مختصر، آسان اور سہل ہے ذرا سنئے:

-بِسْمِ اللّٰهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللّٰهِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ

آیئے اپنی زندگی میں آئندہ اس بابرکت دعا کی پابندی کا عہد کریں۔

(بقیہ:۔ لازوال شفقت کی ایک جھلک)

حدیث میں فرمایا گیا ہے کہ جب تک وہ زندہ ہیں ان کی برابر خدمت کرتے رہیں اور جب ان کا انتقال ہو جائے تو ان کے لئے مغفرت کی دعا کریں، اس سلسلہ میں اللہ نے ان کے حق میں مانگنے کا طریقہ بھی ہمیں سکھایا ہے کہ تم ان کے لئے مجھ سے اس طرح مانگو کہ اے میرے رب جس طرح ان دونوں نے میرے بچپنے میں میری تربیت کی اسی طرح تو ان پر رحم فرما۔ "رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا"

یہ دعا ایسی جامع وموثر ہے کہ ان کے حق میں ان کی زندگی میں بھی کی جائے، اور مرنے کے بعد بھی، ان ہی قرآنی الفاظ میں اور پورے استحضار کے ساتھ، اگر ہمارا معمول اپنے ان شفیق والدین کے لئے اللہ سے مانگنے کا اب تک نہیں تھا تو آیئے آج سے ہم اس قرآنی دعا کو اپنی مناجات ودعاؤں کا لازمی جز بنائیں، اگر وہ بقید حیات ہیں تو ان کے لئے درازی عمر وخاتمہ بالخیر کی دعا اور اگر وفات پا چکے ہیں تو مغفرت وبخشش کی دعا کریں۔

(بقیہ:۔ روحانی محفل / گھریلو الجھنوں کا خاتمہ)

ہیں۔ بیٹے کے ماشاء اللہ B.SC میں 854 نمبر اور بیٹی کے 9th سائنس میں 480 میں سے 384 نمبر آئے ہیں۔ A گریڈ آیا ہے اللہ تعالیٰ کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ اس نے ہمیں اتنی ساری خوشیوں سے نوازا ہے۔ آپ کی اور بڑوں کی دعاؤں سے اللہ تعالیٰ نے ہمیں یہ خوشی دکھائی مجھے امید ہے کہ آئندہ بھی اللہ پاک ہمیں اس رستے پر چلنے کی توفیق دے گا۔

میری بیٹی خدیجہ نے MSC کیمسٹری کے فائنل کے پیپر دیئے ہیں اور آرگینک کا پیپر دیا تھا۔ آپ ضرور دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ اس کو سارے پیپروں میں اچھے نمبروں سے پاس کر دے (آمین)۔ میں اپنا ایک خواب ذکر کرتی ہوں جو مجھے فجر کے وقت آیا تھا۔ میں نے خواب میں ایک خوبصورت لڑکے کو دیکھا جو میرے پیچھے پیچھے آ رہا ہے۔ میں اس کو کہتی ہوں کہ کیا بات ہے اس کے ساتھ ایک اور ہے وہ مجھے کہتا ہے کہ ہم تمہارے محافظ ہیں۔ یہ سن کر خاموش ہو جاتی ہوں وہ کہتے ہیں کہ ہمیں اللہ کی طرف سے حکم ہوا ہے آپ یقین کریں کہ میں یہ خواب دیکھ کر بہت خوش ہوئی ہوں کہ یہ سب اس وظیفے کا کمال ہے کہ اللہ تعالیٰ نے مجھے اس قابل بنایا۔ مجھے اپنے محافظ نظر آ گئے جو ہر وقت میری اللہ کے حکم سے حفاظت کرتے ہیں۔

تو گر گیا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38)

(بقیہ:۔ ظالم کے لئے قدرت کا فیصلہ)

کافی چوٹیں آئی ہیں ان کی پٹی کروائی ہے۔ (ابراہیم ان کے بیٹے کا نام ہے) ان کا ایک بیٹا اور ایک بیٹی ہے۔ دو دن بعد پتہ چلا کہ ابراہیم گرا نہیں تھا بلکہ باپ بیٹا لڑنے تھے۔ باپ نے اسے بہت مارا تھا۔ بیٹے نے تھانے میں FIR درج کروائی۔ باپ کو جیل بھجوا دیا کئی ماہ تک پھر ضمانت نہ ہوئی اسی دوران بیٹی نے پریس کانفرنس میں بتایا کہ ہمارا باپ بہت ظالم ہے۔ ہمیں مارتا ہے۔ میں سکول کا خرچ نہ ہونے کی وجہ سے اپنی پڑھائی جاری نہیں رکھ سکی۔ ایسے ظالم باپ سے کسی اور کو بھلائی کی کیا توقع ہے۔ ملک صاحب نے زرعی ٹیکس سے بچنے کیلئے زمین اپنی اولاد کے نام بھی کروا رکھی تھی۔ جب جیل میں کچھ وقت گزرا تو ملک صاحب کے ماموں جان جو اس وقت غالباً MPA تھے۔ ابراہیم کو منا کر صلح کروائی۔ اس شرط پر کہ جو زمین ہمارے نام ہے اس کو ہم خود ٹھیکہ پر دیں گے۔ بعد میں یہ بھی پتہ چلا کہ اس کی بیوی نے عدالت کے ذریعے خلع لے لیا۔ اب وہی ملک صاحب جب بائیکل پر اپنے گھر سے اڈے پر آتے ہیں تو اکثر دکانداران کو آتا دیکھ کر ادھر ادھر ہو جاتے ہیں کیونکہ وہ جہاں بیٹھتے ہیں گالیاں دینا شروع کر دیتے ہیں۔ مزید ذلت یہ کہ اپنے

اللہ کے ساتھ تجارت:۔ جب تم پر ظاہری اسباب کے دروازے بند ہو جائیں اور رزق نہ ملے تو صدقہ دیکر اللہ سے تجارت کرو

پتھری، ڈائیلاسز اور پیشاب کے غدود لاعلاج نہیں

مسئلہ اگر گردے کی پرانی پتھری کا ہو جو کئی بار آپریشن کے بعد بھی بار بار بن جاتی ہو۔ گردے کا درد، پیشاب کی بندش یا رکاوٹ ہو یا پیشاب قطرہ قطرہ آتا ہو۔ جسم پر اور چہرے پر ورم ہو جاتی ہو یا پھر پتھری ٹوٹ کر پیشاب کی نالی میں اٹک گئی ہو۔ مریض درد کی شدت سے بے قرار اور تڑپ رہا ہو۔ ایسے تمام پیچیدہ عوارضات میں ہماری خالص جڑی بوٹیوں سے تیار دوائی ایک عظیم تریاق اور شفا ہے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کے گردے کمزور ہو گئے ہوں اور یوریا، یورک ایسڈ اور کریٹینن بڑھ گئی ہو اور مریض ڈائیلاسز کے قابل ہو چکا ہو۔ یہ دوائی اس وقت بہت ہی کام کی چیز ہے۔ بے شمار لوگوں نے سالہا سال آزمایا ہے۔ آزمائش کے بعد ہم نے اس کا کورس مرتب کیا ہے۔ الغرض گردوں کے امراض، حتیٰ کہ پتے کی پتھری کے لیے بھی لاجواب چیز ہے۔ پراسٹیٹ یعنی غدود بڑھ جائیں اور آپریشن کے بغیر چارہ نہ ہو تو پھر اس دوائی کا کمال دیکھیں۔ ہاں اعتماد سے کچھ عرصہ استعمال ضروری ہے۔ پراسٹیٹ کے ایسے مریض جنہیں ہر وقت جلن اور پیشاب رُک رُک کر آتا تھا یا بند ہو جاتا تھا انہوں نے یہ دوائی استعمال کی تو پھولے اور بڑھے ہوئے غدود ختم ہو کر پیشاب کے مسائل بالکل ختم ہو گئے۔ (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

بے اولادی اور بانجھ پن قابل علاج ہیں

ایسے مریض جو لیبارٹری ٹیسٹ کے مطابق اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں اور مادہ تولید میں وہ اجسام کمزور ہیں جو اولاد کے قابل بناتے ہیں۔ بے شمار علاج کرا چکے ہوں۔ حتیٰ کہ اب دواؤں کے نام سے چڑ جاتے ہوں۔ سب جگہ سے اعتماد ختم ہو چکا ہو۔ گھریلو زندگی اولاد کے نہ ہونے کی وجہ سے ویران ہے۔ سکون، چین نہیں۔ دنیا کی سب نعمتیں ہیں لیکن اولاد کی نعمت نہیں ہے۔ ایسے مایوس اور اولاد کے غم سے نڈھال مریض تسلی رکھیں اور پریشان نہ ہوں۔ آپ کچھ عرصہ یہ بے اولادی کورس استعمال کریں۔ اگر یہ مرض عورتوں میں ہے تو وہ کچھ عرصہ پوشیدہ کورس استعمال کریں۔ یقین جانیے یہ بے اولادی کورس ایسے مردوں کو بھی فائدہ دے گیا ہے جو بالکل زیرو تھے اور ایک فی صد بھی زندہ اجسام مادہ تولید میں نہیں تھے۔ مایوس اور لاعلاج مریض متوجہ ہوں اور گھر کے آنگن میں اولاد کی نعمت پائیں۔ دوائی استعمال کرنے سے پہلے ٹیسٹ کروائیں اور ایک ماہ کی دوائی کھانے کے بعد ٹیسٹ دوبارہ کرائیں۔ آپ حیرت انگیز واضح فرق محسوس کریں گے۔ ابتدائی طور پر کم از کم ایک ماہ دوائی کھانا لازم ہے۔ (قیمت-/2200 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 30 یوم)

شوگر کا خاتمہ ممکن ہے

ہمارے شعبہ تحقیق نے بہت ہی کوشش اور جستجو کے بعد ایسے قدرتی خالص اجزاء پر مشتمل ادویات تیار کیں ہیں جو شوگر کے ان مریضوں کے لیے نہایت مفید ہیں جو گولیاں کھا کھا کر اپنے گردوں سے ہاتھ دھو چکے ہیں یا دھونے والے ہیں۔ شوگر کی وجہ سے دل کی کمزوری، پٹھوں کا کھچاؤ، سستی رہنا، دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی، نگاہ کی کمزوری، خاص طاقت اور قوت کی زبردست کمی، ٹانگوں کا درد، گھنٹوں سو کر بھی جسم کا چست نہ ہونا۔ ڈپریشن، ٹینشن تھوڑا سا کام کر کے تھک جانا، بیزاری، بے قراری، اور طبیعت کا الجھا ہوا رہنا۔ یہ تمام عوارضات ہوں یا بتدریج ہو رہے ہوں تو یہ کورس جسم میں روح کی مانند ہے اور اندھیرے میں چودھویں کے چاند کی مانند ہے۔ اگر اس کورس کو کچھ عرصہ مستقل اور اعتماد سے استعمال کر لیا جائے تو شوگر اور اس سے پیدا ہونے والے تمام مہلک عوارضات (ان شاء اللہ) ہمیشہ کے لیے ختم ہو جائیں گے۔ آج ہی یہ کورس شروع کریں اور اپنی مردہ زندگی میں جان ڈالیں۔ اعتماد اور آزمائش شرط ہے۔ نوٹ: (فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں) (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوائی برائے 15 یوم)

کمر، جوڑوں اور پٹھوں کا درد وبال کیوں؟

جوڑوں کا درد، کمر کا درد یا پٹھوں کا پرانا درد کسی بھی عمر میں ہو۔ آپ ادویات کھا کھا کر عاجز آ چکے ہوں۔ جسم بے کار ہو گیا ہو۔ زندگی دوسروں کے لیے بوجھ اور اپنے لیے وبال بن گئی ہو۔ ایسے تمام حالات میں یہ دوائی (جس کا کوئی سائیڈ ایفیکٹ نہیں) جو خالص جڑی بوٹیوں سے تیار ہے اور جسم کو ہلکا، تندرست اور جوڑوں کی دردوں اور ورموں کے لیے آخری چیز ہے۔ ایسے مریض جو کمر کے لیے بیلٹ یا خاص بستر استعمال کرتے ہیں یا جوڑوں کے درد کی وجہ سے عبادت اور زندگی کی ضروری حاجات سے بھی عاجز ہیں، ان کے لیے ایک تحفہ اور خوشخبری ہے۔ اعتماد اور بھروسے دوائی استعمال کریں کیونکہ یہ دوائی ایسے پرانے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے جن کے ہاتھ، پاؤں ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ یہ دوا کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کرنے سے آپ کو معاشرے کا ایک صحت مند اور تندرست شخص بنا دے گی۔ اس کے علاوہ یہ دوائی جسم کو توانائی ہر قسم کی طاقت اور فٹنس کے لیے بھی حیرت انگیز رزلٹ دے گی۔ نوٹ: فوری طور پر ڈاکٹری دوائیں ختم نہ کریں آہستہ آہستہ ختم کریں۔ (قیمت-/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 15 یوم)

چہرے کا حسن و جمال نکھر سکتا ہے

کیل مہاسے، چھائیاں، داغ، دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں ختم

مردوں اور عورتوں کے چہرے کے حسن و جمال کے لیے کیل مہاسے، چھائیاں، داغ دھبے، غیر ضروری بال اور جھریاں زہر ہیں۔ ظلم یہ ہے کہ ان پر ایسی کیمیکل بھری زہریلی کریمیں لگائی جاتی ہیں جو وقتی فائدے کے بعد دائمی داغ اور دھبے چھوڑ جاتی ہیں۔ حتیٰ کہ انسان اپنا چہرہ کسی کو دکھانے کے قابل بھی نہیں ہوتا۔ کئی شادیاں صرف چہرے کے حسن و جمال کی وجہ سے ناکام ہوئیں کیونکہ میاں ہو یا بیوی پہلی نظر تو چہرے پر ہی جاتی ہے۔ اگر چہرہ دلکش اور خوبصورت نہ ہو تو لوگوں کا اعتماد اور محبت ختم ہو جاتی ہے۔ سالہا سال کے تجربات کے بعد خالص جڑی بوٹیوں کے مرکب سے ایک کورس مرتب کیا ہے جس میں لگانے کے لیے ایک دیسی کریم بھی ساتھ ہوگی۔ یہ کھانے اور لگانے کی دوائی، اندرونی اور بیرونی نظام کو صاف شفاف کر کے چہرے کو چاند کی طرح بنا دیں گے۔ حتیٰ کہ کیل مہاسے الرجی اور خون کی خرابی، حدت، معدے کی تیزابیت اور دیگر نسوانی یا مردانی خرابیاں دور ہو جاتی ہے۔ پھر چہرے پر لگانے کے لیے خوشبودار دیسی کریم تو ایک دفعہ لگانے سے ہی فوری اپنا رزلٹ دیتی ہے۔ حتیٰ کہ چند بار لگانے سے نئی زندگی، نیا حسن اور اعتماد بڑھتا ہے۔ یہ ایک ماہ کا کورس ہے۔ پرانی مرض کے لیے کچھ عرصہ مستقل دوائی کھانا لازم ہے۔ تمام قسم کے مصالحہ جات، ہر قسم کا گوشت، مصنوعی مشروبات اور تلی ہوئی چیزوں سے سخت پرہیز کریں۔ عجیب چیز یہ ہے کہ اس دوائی کا کوئی بھی سائیڈ ایفیکٹ نہیں۔
نوٹ: عورتیں صرف محرم کے لیے کورس استعمال کریں۔ کیونکہ غیر محرم کے لیے حسن و جمال جائز نہیں (قیمت-/2000 روپے علاوہ ڈاک خرچ) (دوا برائے 30 یوم)

عبقری الحمدُللہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔